

O

ortszeit

DAS MAGAZIN FÜR DIE GANZE FAMILIE



Münz- und Edelmetallhandel Familie

ARETZ

Münzen & Edelmetallhandel

Seit über 17 Jahren in Unna

Friedrich-Ebert- Str. 39
59425 Unna
Telefon 0 23 03 / 25 43 43

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 11-18 Uhr, Sa.: 10-14 Uhr

An- und Verkauf von Münzen,
Edelmetallen, Schmuck- und Allgold,
Zubehör für Sammler

T

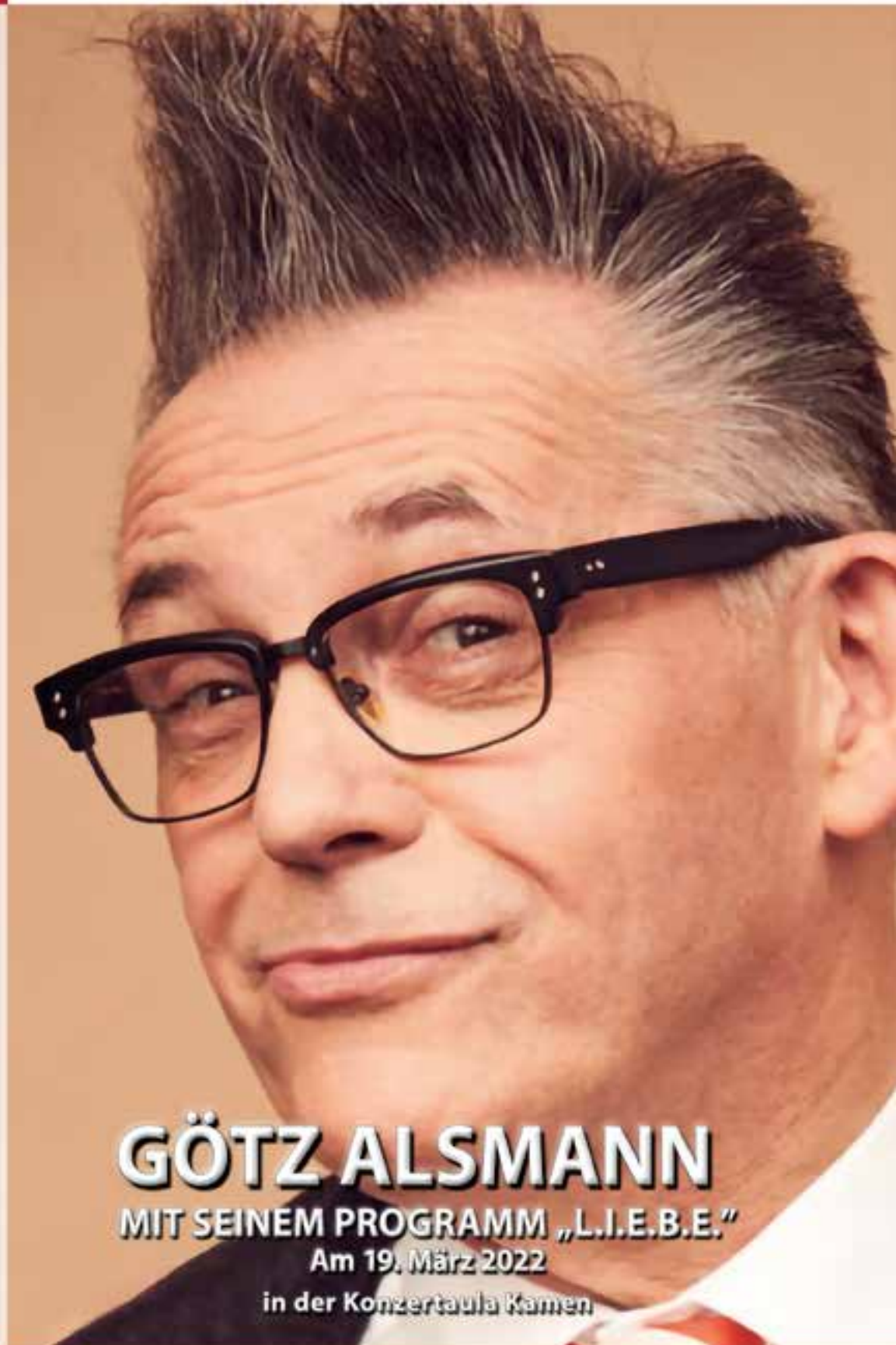
Teschner + Team
Zahn-S-thetik GmbH

Über 30 Jahre
Teschner + Team



Friedrich-Ebert-Straße 107
59425 Unna
Telefon 02303 / 66122

www.zahntechnik-unna.de



GÖTZ ALSMANN

MIT SEINEM PROGRAMM „L.I.E.B.E.“

Am 19. März 2022

in der Konzertaula Kamen

ROGNER VARIO DACH

Terrassendach-Manufaktur

Monteure gesucht
мы ищем монтажников
Poszukiwani monterzy



WOHLFÜHLEN ZU JEDER JAHRESZEIT

MASSGESCHNEIDERTE ÜBERDACHUNGEN
SO INDIVIDUELL WIE SIE

Glas-Lamellendach | Aluminiumkonstruktion | Sonnenschutz

Rogner Variodach
Terrassendachprofi GmbH

Köttersweg 21
59494 Soest

Telefon 0 29 21 / 6 22 22
www.rogner-variodach.de

- Kamen** Frühling in der Konzertaula 7
- Bau und Handwerk** Wintergarten 10
- Wohlfühl Tipps** Tag der Logopädie 20
- Steuern** Steuerpflichtige Renten 24



Story des Monats
Seite 4
Biken im Bornekamp

Kreis Unna
Seite 9
Stolpersteine in Unna und Holzwickede

Fröndenberg
Seite 18
Frühlingsmarkt in Planung

Impressum
Ortszeit Kreis Unna
Herausgeber und Verlag:
FKW – Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Delecker Weg 33
59519 Möhnesee-Wippringsen
Telefon: 02924/87 970-0
Telefax: 02924/87 970-29
E-Mail: info@fkwverlag.com

Anzeigen:
Wolfgang Walter
Tel.: 0 23 03 - 30 10 724
walter@fkwverlag.com
Regina Schraaf
Tel.: 0 29 24 - 87 970-24
schraaf@fkwverlag.com
Frank Meurer
Tel.: 0 23 03 - 30 10 723
meurer@fkwverlag.com

59423 Unna • Heinrich-Hertz-Straße 1a
Fax: 0 23 03 • 30 10 729
www.fkwverlag.com

Redaktion:
Michaela Dziwisch, Heike Sieger,
Satz: FKW Fachverlag GmbH
Druck: Senefelder Misset, Doetinchem
Erscheinungsweise: monatlich
Verbreitungsgebiet: Auslagen in Unna, Kamen und Umgebung
Erfüllungsort: Möhnesee
Auflage: 20.000
Keine Gewähr für unaufgefordert eingesandte Manuskripte oder Fotos. Der Abdruck von Veranstaltungshinweisen ist kostenlos. Abdruck und Vervielfältigung redaktioneller Beiträge und Anzeigen bedürfen der ausdrücklichen Zustimmung des Verlages.

Titelbild: ©Jens Koch

Liebe Leserinnen und Leser,

endlich Frühling! Wenn die ersten Frühblüher Farbtupfer in die Beete bringen, fröhliches Vogelgezwitscher ertönt und uns die ersten Sonnenstrahlen wärmen, bekommen wir doch gleich beste Laune.

Zieht es Sie auch wieder vermehrt nach draußen? Egal, ob Sie einen Spaziergang unternehmen, die Wanderschuhe schnüren oder Ihr Rad aus dem Winterschlaf befreien: Nach den trüben Wintertagen erfreuen wir uns einfach unseres Daseins. Inspiration für Heim und Garten gefällig? Dann sollten Sie sich das erste Aprilwochenende vormerken, denn dann lädt der „Fröndenberger Frühling“ zum Bummeln ein. Tipps für Ihren bienenfreundlichen Garten oder Balkon haben wir zudem auch für Sie. Biken und Spaß haben – dies wollen die Mitglieder des noch recht

jungen Vereins Gravity Club e.V. aus Unna. Der Haken: Ihre bevorzugten Mountainbike-Routen liegen im Landschaftsschutzgebiet Bornekamp. Wir haben für unsere Story des Monats hinter die Kulissen geblickt, denn es gibt nicht nur so manche rechtliche Fallstricke, sondern auch Zoff im Rat über Sinn und Unsinn des Mountainbikings im berühmt-berüchtigten Bombentrichter. Sie stehen auf Spannung? Dann werden Sie von den ersten Highlights der Mord am Hellweg-Reihe begeistert sein, denn unter anderem kommt Donna Leon zur Lesung in die Region. Für die lieben Kleinen gibt's endlich wieder viel Kindertheater in Unna, so wird im März das Märchen von „Hans im Glück“ gespielt. Am 15. März lockt der „Tag der Rückengesundheit“ mit interessanten Präventions-Angeboten.

Wie gewohnt können Sie in dieser Ausgabe auch wieder auf viele informative Themen freuen. Zum Beispiel auf Inspirationen für den Wintergarten und Terrassenbedachungen, oder Ihre persönliche Wellness-Oase im eigenen Bad. Wer bereits Rente bezieht, der wird unter Umständen steuerpflichtig. Wir informieren Sie über die wichtigsten Punkte, die Sie beachten müssen. Sind Sie nicht mehr so gut auf den Beinen? Mobile Dienste nehmen Senioren lästige Arbeiten ab und unterstützen Sie im Alltag. Last but not least haben wir Tipps für den beruflichen Neustart für Sie.

Starten Sie fröhlich in den Frühling,

Ihr Team der ORTSZEIT

Editorial



Kommen Sie gut durch den März und bleiben Sie gesund!

Herzlichst Ihr Team der Ortszeit

BÖHMER & Immobilien

IHR AKTIVER PARTNER

Fragen Sie uns! Wir sind für Sie da!
Tel.: 0 23 78 / 92 93 - 0
www.immobilien-boehmer.de

WIB24
Mitglied in **ivd**

rund um das Thema **IMMOBILIEN** Beratung für Senioren

ivd24 Immobilien



Fotos: F.K.W. Verlag

Biken im „Bombentrichter“

Happy End in Sicht? Eine Analyse

Beziehungsstatus: Es ist kompliziert. So könnte man wohl am besten die seit Jahren immer mal wieder aufflammende Diskussion um das Mountainbiken (MTB) im Bornekamp-Waldstück in Unna zusammenfassen.

Im Dezember 2021 kam wieder Bewegung in die Sache, denn dann gründete sich der Verein „Gravity Club Unna e.V.“, dessen erstes Ziel es ist, das Biken im „Bombentrichter“ zu legalisieren. Die ORTSZEIT-Redaktion hat mit dem Vorsitzenden des Vereins, Leon Baehr-Boskamp, sowie Befürworter:innen und Gegner:innen des Projektes gesprochen.

Die Historie

Um den Konflikt zu verstehen, muss man zunächst den Blick in die Vergangenheit richten. Das gut 2,7 Hektar große Areal des sogenannten „Bombentrichters“ wird bereits seit Jahrzehnten von Mountainbikern genutzt. Die steile Abfahrt macht ihn besonders attraktiv für Biker:innen, die hier ihrem Sportstil „Gravity“ nachgehen. Die besondere Herausforderungen hierbei sind die steilen Abhänge, der sandige Untergrund bzw. der Waldboden, sowie das Überwinden von naturnah gebauten Rampen und Ähnliches.

Das Problem: Der gesamte „Bombentrichter“ liegt in einem

Landschaftsschutzgebiet, in dem ein besonders alter Baumbestand an Rotbuchen, der naturnahe Wald und das Bachtal geschützt wird sowie für die Tierwelt Rückzugsmöglichkeiten ausgewiesen werden. Deshalb ist einiges in diesem Gebiet verboten: das Umgraben des Bodens, das Bauen von Anlagen, jede Art von Aufschüttung etc. Und genau das ist der Knackpunkt, denn der Gravity Club wüscht sich drei MTB-Wege mit Aufbauten.

Illegale Rampen

Jahrzehntelang wurde das Fahren der unterschiedlichen Gruppen und Einzelpersonen von der Stadt Unna als Eigentümerin des Waldstücks stillschweigend geduldet. Seit einigen Jahren gibt allerdings ein Katz-und-Maus-Spiel, denn einige junge Biker bauten große Rampen, die die Stadt zum Ärger der Jugendlichen regelmäßig wieder abrisst. Die Stadt berief sich auf ihre Verkehrssicherungspflicht, d.h. sie ist dazu verpflichtet, den ursprünglichen Zustand wiederherzustellen und dafür zu sorgen, dass sich niemand durch herabfallende Äste oder eben beim Sport auf illegalen Aufbauten verletzen kann, wie Peter Driesch, Umweltdezernent beim Kreis Unna, erklärt. Außerdem wurde im Stadtrat beschlossen, das Biken im Bornekamp nicht länger zu dulden.

Mögliche Lösung

Im Dezember 2019 wurde im Umweltausschuss der Stadt festgestellt, dass grundsätzlich eine befristete Duldung möglich ist. Die Stadt müsste dazu als Maßnahme der Verkehrssicherungspflicht u.a. regelmäßige Baumkontrollen durchführen, Kostenpunkt ca. 8.200 Euro. Außerdem muss eine Waldausgleichsfläche inklusive Aufforstung im Verhältnis 1:0,5 (rund 1,35 Hektar) geschaffen werden. Die Stadt rechnet dafür mit einem jährlichen Aufwand von rund 115.000 Euro. Bisher hat sich der Stadtrat – zuletzt im Dezember 2021 – gegen diese Möglichkeit entschieden.

Hoffnung „Gravity Club“

Für Hoffnung in der MTB-Szene sorgte nun Ende 2021 die Gründung des Vereins „Gravity Club Unna e.V.“. „Unser Ziel ist es, wieder einen Treffpunkt für die lokale MTB-Szene zu schaffen“, erklärt Leon Baehr-Boskamp, 1. Vorsitzender des Vereins, seit 2019 wieder aktiver in der Szene. Zu dieser Zeit habe sich die Situation drastisch geändert, denn die Stadt beseitigte die Rampen. „Das ist natürlich völlig verständlich, weil es nun mal offiziell illegal war.“ Die Leute, die damals dort fuhrten waren eher ein zusammengewürfeltes Haufen. „Wir als Verein mit unseren aktuell rund 30 Aktiven möchten die aufgesplitterte Szene wieder zusammenbringen und die Strecke auf legale Beine

stellen“, so Baehr-Boskamp. Dafür hat der junge Verein ein umfangreiches Konzept vorgelegt, das allen beteiligten Akteuren vorliegt. Darin legt der Verein anschaulich dar, was er plant, wie man sein Projekt umweltfreundlich umsetzen kann sowie Ideen für Fördermaßnahmen, um die Kosten zu reduzieren. Dieses Engagement wird von allen Akteuren gelobt und anerkannt. Trotzdem gibt es zwei Lager mit jeweils guten Argumenten.



Die Unterstützer

Fest an der Seite des Vereins steht die Fraktion und Wählergemeinschaft „Wir für Unna“ (WfU). „Zur Sache haben wir diverse Anfragen und zwei Anträge in den Rat eingebracht, leider wurden diese abgelehnt, aus uns nicht nachvollziehbaren Gründen“, so Sven Arnt. „Es wird fälschlicherweise immer so dargestellt, als würde diese Nutzung zum Schwund an Waldfläche führen. Dem ist nicht so, da schon das Konzept des Vereins eine Streckenführung unter Berücksichtigung von Umweltaspekten beinhaltet. So führt eine legale Nutzung auch zu mehr Kontrolle über die Streckenführungen“, führt Arnt weiter aus.

Nach anfänglicher Ablehnung steht inzwischen auch die Unnaer Fraktion von B90 / Die Grünen auf der Seite des Gravity Vereins. Das Konzept sei eine gute Grundlage, um einerseits Haftungsfragen als auch die Frage nach Ausgleichsflächen klären zu können. „Gleichzeitig ist

für uns Grüne natürlich sehr wichtig, dass wertvoller Baumbestand und die Natur vor Ort möglichst geschützt wird.“

Die LINKE wünscht sich mehr Unterstützung für die Belange der Bürger:innen: „Es geht eben nicht nur um das liebe Geld, das andernorts auch mal verpulvert wird. Es geht schlicht um die Lebensqualität aller in Unna lebenden Menschen.“ Und: „Es ist doch wichtig, dass die Stadt die Initiativen der Bürger dieser Stadt unterstützt und diese nicht zu nichtemacht, um alles zu reglementieren“, erklärt die Fraktionsvorsitzende Petra Weber.

im Zuge der Verkehrssicherung Totholz und Äste entfernt sowie evtl. das Areal eingezäunt bzw. abgesperrt werden. Auch die im Konzept erwähnten Fördermöglichkeiten seien nicht komplett realisierbar.

„Grundsätzlich haben wir Verständnis für die Biker, es ist eben nur eine unglückliche Stelle. Deshalb sind wir auch nicht komplett gegen eine Nutzung, sondern für die Ausgleichsfläche. Denn auch wenn eine Alternative an anderer Stelle gebaut wird, heißt das ja nicht, dass im Bornekamp nicht mehr gefahren wird“, so Driesch. Jedoch sieht er ein größeres Pro-

jekt ausgewiesenes Landschaftsschutzgebiet und deshalb für solche Sportaktivitäten tabu. Da wir aber diese ‚Sportszene‘ gerne unterstützen, machen wir uns für einen ‚Bikepark‘ auf dem Gelände des ehemaligen Freizeitbades in Unna-Massen stark“, so Felix Wesemann.

Alternative Unna Massen?

In der Umgebung gibt es keine realistischen Alternativen. MTB-Strecken in Schwerte und Iserlohn, die auch für „Gravity“ geeignet sind, können keine dauerhafte Lösung sein, findet Leon. „Ist es eine Alternative? Ja. Ist es auch zu-

Schul- und Sportausschuss vorstellen weitere Fachmeinungen einholen darf. „Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit in den Ausschüssen“, sagt Baehr-Boskamp. In diesen Sitzungen wird auch nochmal um die Ersatzfläche gehen und hier kommt dann doch das brachliegende Gelände in Massen ins Spiel, hat es doch exakt die gleiche Größe wie der „Bombentrichter“. Die Brache zu nutzen könnte allerdings schwierig werden, denn das Gelände ist eine Erbpacht der Stadt, d.h. es gehört ihr nicht, sondern sie pachtet es noch für mehrere Jahrzehnte für einen bestimmten Betrag. Ein Erbpachtvertrag



Foto: Gravity Club

Die Gegenargumente

Christoph Ueberfeld, Pressereferent der Stadt Unna, erklärt, dass die „Problematik der natur- und umweltschutzrechtlichen Belange immer noch im Raum“ stehe und Politik sich „gegen eine Nutzung des Bornekamps durch die Mountainbiker ausgesprochen“ habe. Zudem weist er auf die finanzielle Belastung und haftungsrechtliche Fragen hin.

Das Forstamt und die Kreis Umweltbehörde haben eine gemeinsame Stellungnahme abgegeben. Darin wird positiv hervorgehoben, dass es nun mit dem Verein einen festen Ansprechpartner in der Sache gebe, denn unter anderem daran sei eine Einigung 2019 gescheitert. Die Behörden bleiben aber bei der Position, dass die vollen 50 Prozent (1,35 ha) und nicht, wie im Konzept angedacht, nur die benutzte Fläche (0,057 ha) ausgeglichen werden muss. Denn: Der Wald werde nicht nur auf diesen drei Wegen beansprucht bzw. gestört. Beispielsweise müssen

blem in den komplizierten juristischen Rahmenbedingungen der Verkehrssicherung. Aus seiner (laienhaften) Sicht laufe die Stadt Gefahr, trotz vertraglicher Regelungen mit dem Verein bei Unfällen juristisch belangt zu werden.

Rudolf Fröhlich, Fraktionsvorsitzender der CDU Unna, schlägt in dieselbe Kerbe: „Jahrelang konnte das Fahren im Bornekamp geduldet werden, nun, wo das Thema zu einer öffentlichen Angelegenheit wurde, musste sich die Stadt positionieren. Denn nun sei die Stadt rechtlich haftbar, wenn etwas passiert und muss Schadensersatzansprüche fürchten.“ „Übrigens: Umweltschutz ist ja nun berechtigterweise ein großes Thema. Warum also ein vorhandenes Landschaftsschutzgebiet umwidmen, das widerspricht den Gegebenheiten unserer Zeit.“ Als Fazit zieht Fröhlich: „Das Engagement ist positiv, leider an der falschen Stelle. Wir sind aber diskussionsbereit.“

Auch die FDP hat rechtliche Bedenken: „Das betreffende Gebiet

mutbar? Klares nein. Denn man ist dann auf ein Auto angewiesen oder eben öffentliche Verkehrsmittel inklusive Fahrtkosten, als Jugendlicher unter 18 Jahren.“ Zumal die gut erreichbare – aber illegale – Alternative, direkt vor der Tür ist. Entfernte Strecken wie auch die Bikeparks in Winterberg oder Willingen seien mal eine nette Abwechslung, können aber nicht die Normalität sein, so der Vorsitzende des Gravity Clubs.

Auch der angedachte Bikepark auf dem Massener Gelände ist so keine Alternative und würde vermutlich eher schlecht angenommen, glaubt Leon Baehr-Boskamp: „Was da geplant ist, ist so als würden Sie zu einem Fußballspieler sagen, Spiel doch Basketball, da braucht man doch auch einen Ball.“ Allerdings konnte die Gruppe kürzlich einen kleinen Erfolg verbuchen: In der jüngsten Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses der Stadt Unna wurde beschlossen, dass der Verein sein Konzept im Umweltausschuss sowie im

sieht vor, dass das Grundstück am Ende des Pachtverhältnisses im ursprünglichen Zustand an den Besitzer zurückgegeben wird. Deshalb wäre eine Ersatzpflanzung auf diesem Gelände wohl nicht sinnvoll. Trotzdem ist der Gravity Club mit dem jüngsten Erfolg seinem Ziel der Legalisierung etwas nähergekommen.

Konkrete Pläne für den Fall, dass es zu doch irgendwann zu einem endgültigen „Nein“ kommt, hat der Gravity Club nicht. „Wir möchten erstmal wirklich alles für die Umsetzung tun.“ Perspektiven für ein Gelingen gibt es hingegen. „Wir haben ambitionierte Jugendliche dabei, die in Zukunft auch zu Wettkämpfen wollen, das möchten wir ihnen perspektivisch auch ermöglichen. Außerdem möchten wir uns in die Jugendarbeit der Stadt einbringen. Es bleibt also spannend im Bornekamp. (Stand. 25.2.2022)

Verein „Gravity Club Unna e.V.“
E-Mail: info@gravity-club-unna.de
instagram: [@gravity_club_unna_ev](https://www.instagram.com/gravity_club_unna_ev)

„Mord am Hellweg“ jubiliert

Starke Specials schon im März

Nachdem Europas größtes Krimifestival pandemiebedingt zweimal verschoben werden musste, wird in diesem Jahr gleich doppelt gefeiert: 2002 als Biennale gegründet ist „Mord am Hellweg“ nunmehr 20 Jahre lang für seinen hochkarätig besetzten, achtwöchigen Veranstaltungsreigen bekannt – vom 17. September bis 12. November 2022 feiert es zudem seine zehnte Ausgabe! Die Festivalleitung liegt beim Westfälischen Literaturbüro in Unna e. V. und beim Bereich Kultur der Kreisstadt Unna.



Donna Leon. Foto: © Regine Mosimann/Diogenes Verlag

ellen Brunetti-Roman „Flüchtiges Begehren“ und Annett Renneberg (Signorina Elettra) im Gepäck. Am 16. März begrüßt das Hans-Sachs-Haus in Gelsenkirchen den dänischen Bestsellerautor Jussi Adler-Olsen, der seinen aktuellen, neunten Fall für Carl Mørck „Natrium Chlorid“ und seine Lesestimme Peter

Lohmeyer mitbringt. Jeffery Deaver, weltweit für seine psychologischen Thriller bekannt, präsentiert schließlich zusammen mit der deutschen Stimme von James Bond, Dietmar Wunder, am 22. März im Tanztheater kx Kochtokrax in Unna seinen neuen Thriller „Der böse Hirte“.

Ab September kommen wei-

tere hochklassige Autor*innen wie Simon Beckett, Arne Dahl, Dora Heldt, Charlotte Link, Tess Gerritsen, Ben Aaronovitch, Gisa Pauly, Volker Kutscher oder Klaus-Peter Wolf an den Hellweg. Die abwechslungsreichen Veranstaltungen werden auch in diesem Jahr an über 100 verschiedenen, teilweise außergewöhnlichen Orten wie Tropfsteinhöhlen, Bücherbussen, Saunen oder Pferderanchs über die Bühne gehen. U. a. sind auch wieder die beliebten Nachtwächterführungen durch die Altstadt Unnas, die Verleihung des von Sebastian Fitzek gestifteten Viktor Crime Awards sowie eine öffentliche Fachtagung „Zur Ästhetik des Kriminalromans“ im Programm.

Tickets gibt's über mordamhellweg.de, vor Ort beim i-Punkt in Unna (Tel. 02303/103777) oder telefonisch beim Westfälischen Literaturbüro in Unna e.V. (Tel. 02303/96 38 50). Für alle Termine gilt die dann aktuelle Corona-Schutzverordnung. Weitere Infos: www.mordamhellweg.de

Frühling in der Konzertaula Kamen

Konzerte und Theater versüßen den März

Im März können sich Groß und Klein unter anderem auf folgende Veranstaltungen in der Konzertaula Kamen freuen.

Am Freitag, 4. März, strapaziert die Krimikomödie „Kein Auskommen mit dem Einkommen“ mit u.a. Peter Millowitsch die Lachmuskeln des Publikums. Das Geld reicht vorn und hinten nicht. Die Rentner Ida und August lösen das finanzielle Problem auf eigene Weise. Sie wollen ein Zimmer vermieten. Uneinig jedoch sind sich die beiden in Sachen idealer Untermieter. Die bodenständige Ida wünscht sich einen jungen Mitbewohner. Der gutmütige August aber träumt davon, die gute Stube an eine Dame zu vermieten. Da trifft es sich gut, dass Lastwagenfahrer Klaus nachts unterwegs ist und Sekretärin Lisa morgens die Wohnung verlässt. Geht die Doppelbelegung gut? Karten kosten zwischen 16 und 21 Euro.

Kleine Kamener:innen können am Montag, 14. März, um 17 Uhr mit „Feuerwehrmann Sam live“ das große Campingabendteuer erleben. Als zwei berühmte Biologen auf der Suche nach einem seltenen Tier in Pontypandy ankommen, erklären sich Feuerwehrmann Sam und Elvis freiwillig



Foto: Jens Koch

bereit, sie während ihrer Expedition durch den Wald zu führen. Als Norman Price sich der Jagd nach dem Tier anschließt und sich im Wald verirrt, gerät die ganze Gruppe in Gefahr. Wird Feuerwehrmann Sam alle retten können? Tickets kosten 5,50 und 8,50 Euro.

Am Samstag, 19. März, um 20 Uhr ist es soweit: Götz Alsmann kommt mit seinem aktuellen Programm „L.I.E.B.E.“ in die Konzertaula Kamen. Der Meister des deutschen Jazz-Schlagers kehrt damit zurück in hiesige Gefilde, musikalisch und sprachlich, und singt eben Lieder über die Liebe ... wobei das tut er eigentlich ja schon immer.

Die Palette der von Götz Al-



Pressefoto: Feuerwehrmann Sam

natürlich in jenem urtypisch eigenen Stil und markanten Sound von Götz Alsmann gehalten. Karten gibt's zum Preis von 19 bis 26 Euro.

Für alle Veranstaltungen sind die Karten telefonisch im Kamener Kulturbüro (Tel. 02307/1483512 oder 1483513), per E-Mail: kartenreservierung@stadt-kamen.de, im Ticket-Shop unter www.kamen.de/leben-und-mehr/kultur oder eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn an der Theaterkasse erhältlich. Einlass mit gültigem 2G-Nachweises, Maskenpflicht im Saal (auch für Kinder ab 6 Jahren). Für die Gastronomie in der Konzertaula gilt 2G+.

Europas größtes internationales Krimifestival

MORD AM HELLWEG

Karten ab sofort!

10

+ 3 März-Specials mit Donna Leon, Jussi Adler-Olsen und Jeffery Deaver

17. Sep. – 12. Nov. 2022

Tickets und Infos: i-Punkt Unna (02303) 10 37 77 | WLB Unna (02303) 96 38 50 | www.mordamhellweg.de

Veranstalter | Hauptförderer | Medienpartner

Freizeitpaß in Kamen

Neue Broschüre stellt Ausflugsziele für Kinder und Jugendliche vor

„Unterwegs in Kamen und Umgebung“ lautet der Titel einer Broschüre, die jetzt von der Stadt Kamen erstellt wurde. Die Broschüre führt zahlreiche Möglichkeiten auf, die das Miteinander in der Gruppe fördern können und gilt als Hilfestellung bei der Organisation von Ausflügen, Wandertagen und außerschulischen Bildungsaktivitäten.

Anlass für die Erstellung waren die Ergebnisse und Diskussionen der jüngsten Präventionskonfe-

renz zum Thema „Aufholen nach Corona“ mit Fachleuten aus allen Kamener Schulen, Kitas, der Beratungsstellen und der Offenen Kinder- und Jugendarbeit. Als aktuell größter Bedarf wurden das soziale Lernen und das Miteinander im Team herausgestellt.

„Ein übereinstimmender Wunsch aller Beteiligten war es, den Kindern außerhalb der Einrichtungen, Schulen und Kitas Teamerlebnisse zu ermöglichen“, berichten Bürgermeisterin Elke Kappen und Fachbereichsleiter Johannes Gib-

Haarschnitte

Inhaber: Pia Weckermann
59174 Kamen-Heeren
Zum Mühlbach 2
Tel. 0 23 07 / 9 24 83 72

Öffnungszeiten:
Dienstag-Freitag 8.30 Uhr bis 18.00 Uhr
Samstag 8.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Montag geschlossen



Präsentieren die neue Broschüre: Riad Daoud und Ophélie Lespagnol vom Reaktionsteam des Bürgerhauses Methler. Foto: Stadt Kamen

bels. So entstand eine Broschüre als Ideenpool für außerschulische Lernorte und Ausflugsziele in der näheren Umgebung, wobei insbesondere auch die Erreichbarkeit mit

dem ÖPNV berücksichtigt wurde. Die Broschüre wurde an Kitas, Offene Häuser und Schulen übergeben. Erstellt wurde das Heft vom Team des Bürgerhauses Methler.



Sicher wie Rallyefahren.
Im Sandkasten.
Mit Helm.

Kredit auf
Nummer
Sparkasse

Sparkassen-Autokredit



Sparkasse
UnnaKamen

Ihren Vertrag schließen Sie mit der S-Kreditpartner GmbH (Prinzregentenstraße 25, 10715 Berlin), einem auf Ratenkredite spezialisierten Unternehmen der Sparkassen-Finanzgruppe. Die Sparkasse wurde von der S-Kreditpartner GmbH mit der Beratung und Vermittlung von Kreditverträgen betraut und ist als Vermittler nicht ausschließlich für die S-Kreditpartner GmbH, sondern für mehrere Kreditgeber tätig.

Weil's um mehr als Geld geht.



„Rock of Ages“ in Howi Ticketverkauf gestartet

„Rock of Ages ist eine urkomische Rock'n'Roll-Liebesgeschichte und eine Reise in die Zeit der großen Bands mit den noch größeren Frisuren. Es sind alle mit dabei: von Def Leppard über Joan Jett, Foreigner, REO Speedwagon bis hin zu Pat Benatar, Twisted Sister, Poison, Whitesnake und Styx.“ – So heißt es in der offiziellen Beschreibung des Felix Bloch Erben Verlags.

Der Musicalverein „Vorhang auf, Holzwickede! e.V.“ bringt das 80er-Jahre Glam-Rock-Musical im April 2022 auf die Bühne. Schauplatz ist die Kinderglück-Halle im Gewerbe-

gebiet Nord in Holzwickede. Der Online-Ticketverkauf ist bereits Mitte Februar gestartet, sodass bis zur Premiere am 8. April noch genug Zeit bleibt, sich mit Karten einzudecken. Zum Ticketshop gelangt man über die offizielle Vereinswebsite www.Vorhang-auf-Holzwickede.de. Es gibt Tickets in drei Preiskategorien, Schüler:innen, Studierende und Auszubildende erhalten eine Ermäßigung. Zwischenzeitlich mussten Corona-bedingte Zwangspausen eingelegt werden. Umso gespannter sind die Ensemblemitglieder jetzt, wie die Show bei dem Publikum ankommen wird. Also, sichern Sie sich jetzt Ihre Tickets.

Stolpersteinverlegungen

Neue Mahnmale in Holzwickede und Unna



An zwei aufeinanderfolgenden Tagen, 27. und 28. Januar, war der Stolperstein-Verleger und Künstler Gunter Demnig wieder einmal zu Gast im Kreis Unna. In Holzwickede verlegte er fünf, in der Unnaer Innenstadt tags drauf sechs Stolpersteine zum Gedenken an Holocaust-Opfer.

Mit stoischer Ruhe ging Demnig am 27. Januar in Holzwickede ans Werk. Dem Tag, an dem jährlich der Opfer des Nationalsozialismus gedacht wird. Bei trübem Wetter platzierte Demnig den ersten von fünf neuen Steinen in der Ortsmitte, in der Herderstraße 3. Hier wurde Oiser Schwanhort gedacht, der aufgrund seiner polnischen Abstammung verfolgt wurde, jedoch „mit Glück, Geschick und Unterstützung“ die Nazizeit überlebte und noch lange um Wiedergutmachung kämpfte, wie es im Faltblatt der Gemeinde heißt. An der Hauptstraße 44 verlegte Demnig einen Stein für Hedwig Steinweg, die auf den Tag genau 80 Jahre zuvor mit ihrem Ehemann nach Riga deportiert wurde, wo sie später mutmaßlich aufgrund der Haftbedingungen oder bei einer Massenerschießung ums Leben kamen.

Überlebenskampf
Auch die Biografien der weiteren Opfer zeugen von der Grau-

samkeit des NS-Regimes. Wilhelm Günther (Steinstraße 26) wurde wegen „angeborenem Schwachsinn“ in der Provinzialheilanstalt Marsberg festgehalten, überlebte zwar, starb aber nur 20 Tage nach der Kapitulation der Deutschen an Entkräftung. Der Gewerkschafter und Zentrums-Politiker Heinrich Wortmann (Weststraße 31, Hengsen) kam wegen falscher Parteizugehörigkeit irrtümlich ins KZ, wurde 1933 mit 52 Jahren völlig mittellos entlassen und starb 1962. Auch Charlotte Temming (Unnaer Straße 1, Hengsen) überlebte, denn sie Widersetzte sich 1943 dem Deportationsbefehl und konnte erfolgreich untertauchen. Ihre Gedichte, die sie nach dem Krieg veröffentlichte, thematisieren die Schrecken der Nazi-Zeit sowie die Not in der Nachkriegszeit.

Unnaer Ehepaare
In der Bahnhofstraße in Unna (Hausnummer 25 und 10) wurde unter anderem jüdischen Kaufleuten gedacht: Das Ehepaar Reifenberg führte, wie auch Moritz und Clementine Rosenbaum, ein Bekleidungsgeschäft. Reifenbergs konnte auch der Umzug nach Düsseldorf nicht vor dem Tod im KZ Theresienstadt retten. Im selben Haus an der Bahnhofstraße 25 wohnte auch zeitweise das Ehepaar Josef und Friederike Rosen-



Gunter Demnig an der Hauptstraße 44 in Holzwickede.

meyer, deren Stolpersteine nun neben den bereits bestehenden der Familie Brandenstein liegen. Die Kaufleute Rosenbaum wurden auch schon vor der Pogromnacht 1938 angegriffen. Während Moritz Rosenbaum schon 1935 starb, fiel seine Witwe Clementine 1944 im KZ Auschwitz den Nazis zum Opfer. Ihre Stolpersteine finden Sie vor ihrem früheren Hutgeschäft Hausnummer 10, heute Tchibo. Weitere Infos finden Sie u.a. auf www.juedischeslebeninunna.de

Stolpersteine digital
Seit Kurzem kann man sich auch



online auf www.stolpersteine.wdr.de oder per App über die rund 15.000 Stolpersteine in NRW informieren. Gunter Demnig dazu: „Ich bin fasziniert von dem, was da entstanden ist. Besonders gelungen finde ich, dass ein pädagogisches Konzept mit eingebaut wurde mit der Absicht, sich an junge Menschen, an Schülerinnen und Schüler zu wenden. Das wird ein ganz anderer, neuer Geschichtsunterricht.“ Neben biografischen Texten, die teilweise auch als Audios zur Verfügung stehen, dienen historische Fotos, Mini-Hörspiele und Videos aus dem WDR-Archiv dazu, die Geschichte der Opfer, ihrer Wohnorte und ihrer Zeit so gut wie möglich nachvollziehbar zu machen. Zudem lassen sich zum Gedenken virtuelle Kerzen an den Steinen entzünden. (hs/WDR)

Anders, innovativ, fresh – „Let's Cut“

Der Friseursalon auf der Nordstraße in Holzwickede hatte Anfang des Jahres für eine Woche geschlossen, um sich erneut für seine Kunden frisch zu machen. Seit der Eröffnung ihres Salons vor 20 Jahren geht Friseurmeisterin Anja Houwen auch in punkto Salonstyling gerne mit der Zeit. Dank der vielen lieben helfenden Hände ist es einmal mehr gelungen in kurzer Zeit eine moderne Wohlfühloase zu schaffen, in der die Kunden sich genussvoll zurücklehnen und vom Alltag entspannen können. Wer sich beim Styling mit cooler Musik auf das Wochenende einstimmen möchte, sollte sich die speziellen Freitage mit „DJ“ Moritz Houwen merken. Dann könnte es allerdings etwas lauter werden. Anja Houwen (l.) freut sich mit Ümi (m.) und Martina auf alle, die sich treu bleiben möchten und auf alle, die



Lust darauf haben ihren Look zu verändern. Ob Haarverlängerung, Haarverdichtung oder eine Farb- und Stilberatung - „Let's Cut“!
Text: F.K.W., Foto: privat



**Wir sind für Euch da:
Dienstag bis Freitag von
9.00 bis 18.00 Uhr und jeden
ersten Samstag im Monat
von 9.00 bis 14.30 Uhr.**

LET'S CUT

Nordstraße 4 | 59439 Holzwickede
Telefon 02301 - 91 99 20 | www.lets-cut.com

WILMS-BASEL
BESTATTUNGEN

Würdige Bestattungen zum fairen Preis

Unser Basisangebot „Urne“: 999,- Euro

Das Angebot beinhaltet die Abholung vom Sterbeort*, hygienische Grundversorgung, Ankleiden und Einbetten, Kiefer-Vollholzsarg mit Kissen und Decke, Überführung zum Krematorium und Rückführung der Urne, sowie Beurkundung beim Standesamt.

* im Bereich Iserlohn, Hemer, Menden, Balve, Fröndenberg, Unna; darüber hinaus zzgl. 1,90 €/Kilometer

Zusätzlich anfallende externe Kosten:
- Krematoriumskosten inkl. amtärztlicher Untersuchung (295,- Euro)
- Friedhofsgebühren bzw. Kosten für Seebestattung

Wunschleistungen wie Schmuckurne, Trauerfeier, Blumenschmuck, Karten/Annoncen, Abmeldungen, etc. können gegen Aufpreis zugebucht werden.

Wilms-Basel Bestattungen UG
Tag u. Nacht erreichbar
Tel.: 0 23 03 - 88 25 257 / 0 23 73 - 39 51 818
Mobil: 0170 - 7 30 47 09

Wintergarten

Der Natur ganz nah

Entspannte Stunden, gesellige Abende mit Freunden, Heimat für besondere Pflanzen – Wintergärten bieten viel. Nur keine Langeweile. Sie erweitern den Wohnraum und schaffen eine besondere Atmosphäre. Längst sind moderne Wohnwintergärten über das ganze Jahr vollwertige Aufenthaltsräume.

gen genießen – ein Wintergarten holt die Sonne ins Haus und rückt das Wohnen näher nach draußen zur Natur. Der Trend „Wohn-Wintergarten“ setzt sich weiter fort. Konstruiert mit Aluminium-Profilen und viel Glas, ist der Anbau das ganze Jahr lang gemütlich. Im Sommer sorgen Belüftung und Beschattung für gutes Klima, im Winter schützt Dämmglas vor hohen Wärmeverlusten – und nutzt noch die letzte Wärme der Sonne durch die großen transparenten Flächen.

Sonnenstrahlen auch in der kalten Jahreszeit einfangen oder die romantischen Abenddämmerun-



Foto: dj/d/Schanz-Rollladesysteme



Foto: dj/d/Weinor

Mit „Sonne am Haus“ zu Sonne im Haus

Ein Wintergarten ist längst so individuell wie seine Bauherren. Der Geschmack entscheidet über Dachform, Farbe und Einbauelemente. Dominierte früher Holz im Wintergarten, hat sich mittlerweile Aluminium als Werkstoff durchgesetzt: Stabil, absolut witterungsbeständig und pflegeleicht sind die dauerhaften Alu-Profile Garant für einen schönen (und schadenfreien) Platz an der Sonne.

All diese ganzjährigen Annehmlichkeiten stellen große Herausforderungen an die Ausführung eines Wintergartens. Das betrifft etwa die Erfüllung des statischen Anforderungsprofils der Konstruktion – egal ob sie aus Holz, Metall oder aus einer Holz-Metall-Kombination besteht. Die Verglasung muss heute bestens wärmegeämmt sein, die Türen und Fenster müssen überlegt angeordnet werden, dazu kommt die Planung der Be-

lüftung und Beschattung sowie sinnvoller Heizmöglichkeiten. Mit der passenden Möblierung und einer ausgeklügelten Steuerung kann man das Vergnügen am Wintergarten optimieren.

Bei der Planung Ihres Traum-Wintergartens helfen Spezialisten aus der Region. Die Profis beraten Sie in Sachen Fenster, Türen und Markisen. Zudem wissen sie Bescheid über Baurecht, die Anforderungsprofile in Sachen Wärmedämmung und Statik, sie kennen die bauphysikalisch wichtigen Schnittstellen und Anschlusspunkte und beherrschen perfekt das Einmal-eins des Wintergartenbaus.

Terrasse wird wetterfest

Sie haben nur eine Terrasse und möchten diese auch behalten? Dann machen Sie Ihren Lieblingsplatz doch wetterfest! Das lässt sich vergleichsweise einfach bewerkstelligen. Mit Anbauten wie einem soliden Glasdach wird die Terrasse allwettertaug-

lich und eignet sich zum Entspannen selbst an Regentagen oder bei kühleren Temperaturen. Auch architektonisch gewinnt das Eigenheim damit: Innen- und Außenbereich gehen optisch fließend ineinander über und bieten extra viel Freiraum für Erholung mit der Familie.

Damit das Glasdach die Bewohner vor Nässe, Kälte oder Böen schützen kann, muss es selbst stabil und solide ausgeführt sein. Aluminium eignet sich als langlebiges und rostfreies Material für die Rahmenkonstruktion, auf die dann das Sicherheitsglas montiert wird. Die Lösungen können noch mehr: Wie bei einem Cabriolet lassen sich die einzelnen Glaselemente nach Wunsch öffnen oder schließen. So können die Bewohner sonnige Tage mit geöffneten Gläsern und frischer Luftzufuhr im Grünen genießen – oder rechtzeitig vor dem nächsten Regenguss einfach alles zuziehen. Das Cabriodach für die Terrasse wird jeweils individuell passend geplant und für jedes Haus maßgefertigt.

Vielseitige Alternative zum Wintergarten

Das verwendete Sicherheitsglas ist so robust, dass es allen Witterungsbedingungen standhält, selbst hohe Schneelasten meistert die Konstruktion ohne Mühe. Möglich sind Tiefen von ein bis sechseinhalb Metern bei

einer Einzeldachbreite von bis zu sieben Metern und Dachneigungen zwischen fünf und 20 Grad. Einen noch weitergehenden Wetterschutz bieten vertikale Glasschiebeelemente. Sie lassen sich in der warmen Jahreszeit ebenfalls weit öffnen, in geschlossenem Zustand stellen sie eine optisch ansprechende und kostengünstige Alternative zum Wintergarten dar. Mit der Rundum-Verglasung wird das Outdoorzimmer endgültig ganzjährig nutzbar. Zusätzlich lassen sich Heizstrahler und Beleuchtungselemente nach Wunsch kombinieren. (dzi/akz-o/djd)

DAHLMANN
Stahl & Service

Stahl # Baustahl
Zaunsysteme
für Privat und Gewerbe

Holzener Str. 42 · 58708 Menden
Tel.: 0 23 73 - 96 45 45
www.dahlmann-gmbh.de

Schlüssige Systeme für hochwertige Böden und Sonder-Abdichtungen

GUSSASPHALT
Hoch- Industrie- Ingenieurbau

SCHROEDER GMBH
Auf'm Brinke 15
59872 Meschede
Fon 0291 / 9023-0
schroeder-gmbh.de

TAPETEN-HALLE
Schleppweg 3 in Kamen
Telefon 02307 - 73866
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9-18 Uhr u. Sa. 9-13 Uhr

- ✓ Lieferungen frei Haus!
- ✓ Computergesteuertes Farbmischsystem mit über 2000 Farbtönen für Lack-, Wand- und Fassadenfarben
- ✓ Über 400 Tapetenmuster

Seit **50** Jahren

KOSCHINSKI
Bedachungen GmbH + Co. KG

20% öffentliche Zuschüsse bei uns!

Handwerkliche Tradition
Als Dachdeckermeister streben wir nach höchster Bauqualität zu attraktiven Preisen. Egal was Sie planen, ob Geschäfts- oder Wohngebäude, wir sind für Sie da. Unsere Arbeiten stehen für Qualität und termingerechten Perfektion im vereinbarten Kostenrahmen.

Service-Büro
Hauptstr. 48, 59439 Holzwickede
Tel.: 02301 - 2864, Fax: 02301 - 914162
E-Mail: kontakt@koschinski-dach.de
Homepage: www.koschinski-dach.de

Malerbetrieb S.E.S

Jürgen Sippel
Mobil 0160 5548418

Seit 20 Jahren **Vaillant**-Exzellenz-Partner

Vaillant Heizen & Kühlen
Inkl. 5 Jahre „Plus-Garantie“

5 PLUS SORGLOS VERSPRECHEN
Bis Ende November €200 Geld zurück für Ihre Rechnung

20% Energie sparen mit Brennwert-Technik

Heizungsanlage VSC COMPACT inklusive Vaillant Klima-Monosplit-Anlage zum Preis von **8.888,- EUR** (inkl. Montage)

Vaillant Öl-/Gasbrennwert-Heizungsanlage mit Warmwasserspeicher

Liebing Ihre neue Heizungsanlage vom Meisterbetrieb

Gerne erstellen wir Ihnen auch ein unverbindliches Angebot zu einer Einzelklimaanlage / Heizungsanlage!

Marmelinghöfener Weg 20 · 59199 Bönen
Telefon 0 23 83-95 01 80 · www.dusche24.de

Das Badezimmer ist längst kein reiner Funktionsraum mehr, sondern hat sich für viele zur persönlichen Entspannungszone entwickelt, in der man immer mehr Zeit verbringt. Die Einrichtung – von den Farben bis zu den verwendeten Materialien – trägt wesentlich zur angenehmen Raumatmosphäre bei. Naturmaterialien stehen dabei hoch im Kurs. Sie vermitteln nicht nur Behaglichkeit, sondern erfüllen zugleich den Wunsch nach einem nachhaltigen Wohnen.



Natürlich gut entspannen

Trends für ein behagliches Badezimmer

Foto: Deutsche Fliese/Villeroy & Boch/akz-o

Ob Vinyltapete, Spachtelwand oder Komposit-Materialien – unter dem Begriff „fugenloses Bad“ drängen Materialien ins Bad mit der Versprechung, künftig keine Fugen mehr sanieren zu müssen. Karl-Hans Körner, Vorsitzender des Fachverbands Fliesen und Naturstein (FFN), erläutert: „Viele der vermeintlichen Fliesenalternativen weisen keine harten und strapazierfähigen Oberflächen auf; so kann es durch die tägliche Beanspruchung und Reinigung zu unschönem Material-Abrieb kommen. Bei Spachtelwänden entstehen nicht selten Haarrisse, durch die Wasser eindringt und Schimmel verursacht.“ Darüber hinaus sind auch im „fugenlosen Bad“ Wartungsfugen aus Silikon, zum Beispiel zwischen Wand- und Bodenflächen, unverzichtbar.

Bad mit XXL-Fliesen

Wer sich die „cleane“ Optik homogener Flächen wünscht, aber zugleich einen optisch hochwertigen, auf Dauer haltbaren sowie komfortabel zu reinigenden Wand- und Bodenbelag bevorzugt, sollte sich unter großformatigen Fliesen umsehen, empfiehlt Jens Fellhauer vom Bundesverband Keramische Fliesen e. V.: „XXL-Fliesen oder die neuen Megaformate mit Abmessungen bis zu 120 x 260 cm entfalten aufgrund ihres geringen Fugenteils einen puristischen, großzügigen Flächeneffekt – ganz gleich, ob im Beton-, Marmor- oder opulenten Tapetenlook.“

Generell erfordert die Verlegung großformatiger Fliesen eine de-

taillierte Planung, technisches Wissen sowie professionelle, geübte Hände, wie Verlege-Experte Körner betont: „Großformate benötigen einen ebenen Untergrund und sollten über eine hohe Maßhaltigkeit verfügen, die rektifizierte Fliesen in der Regel bieten. Qualifizierte Fachbetriebe sorgen für eine optisch perfekte Verlegung von Fliesen – von den Vorarbeiten über einen normgerechten Untergrund bis zu einem ansprechenden, gleichmäßigen Fugensbild. Und sie kennen die Antworten zu wichtigen gestalterischen Fragen – zum Beispiel, wo Armaturen und Sanitärobjekte platziert werden oder wo Dehnungsfugen verlaufen.“

ne im Beige- und Braunbereich für Boden und Wände unterstreichen lässt. Möbel aus echtem Holz und dem klassischen sogenannten Wiener Geflecht für die Möbeltüren folgen diesem Einrichtungstrend. Das klare, auf geometrischen Grundformen basierende Design verbindet Moderne, Tradition und Handwerk. Mit Waschtischen und Schränken in verschiedenen Formaten lassen sich Räume unterschiedlicher Größe stilvoll einrichten. Bewusst ist das Wiener Geflecht farblich naturbelassen, sodass es harmonisch zur Oberfläche Asteiche Natur passt. Wer eher Kontraste schätzt, kann sich für die Möbelfarbe Eiche Dark Chocolate entscheiden.

Echtholz fürs Bad

In Sachen Einrichtung liegen Echtholzmöbel auch im Bad im Trend. Grundsätzlich sollte man bei der Einrichtung des Badezimmers solide Materialqualitäten auswählen. Auch hochwertige Holz-Ausführungen sind für die speziellen, feuchten Bedingungen sehr gut geeignet. Das Naturmaterial verleiht dem Raum einen individuellen Charakter, der sich durch warme Naturtöne

Dusch-WC

Neben einem ansprechenden Design gehören auch Funktionen, die mehr Komfort bieten und den Wohlfühlfaktor verbessern ins Badezimmer. Beispielsweise mit einem Dusch-WC kann man sein Bad komfortabler gestalten und aufwerten. Die wichtigste Funktion eines Dusch-WCs ist die Reinigung des Intimbereichs mit einem körperwarmen Wasserstrahl für ein Gefühl wie

frisch geduscht. Doch viele Dusch-WCs können noch mehr. Sie bieten zum Beispiel eine integrierte Geruchsabsaugung, ein farblich einstellbares Orientierungslicht oder sogar eine Sitzheizung, die automatisch startet.

Hochwertige Duschen

Bodenebene Duschen gehören heute zum Standard eines modernen Bads. Für den problemlosen Einbau gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten, etwa mit reinigungsfreundlichen Duschrinnen. Barrierefrei und kinderfreundlich ist die schwellenlose Dusche von Haus aus.

Echte Hingucker sind elegante, freistehende Walk-In-Duschen. Hochwertiges 8 mm starkes Einscheiben-Sicherheitsglas nach EN 12150 wird lediglich gehalten von edlen, schlanken Stabilisierungen. Schicker Hingucker bei der Walk-in-Duschlösung ist das sandgestrahlte Dekor, das ideal zur luxuriösen Ausstattung des Badezimmers passt. Oder wie wäre es mit einer Eckdusche aus Ganzglas, die sich meist auch bei begrenztem Raum integrieren lässt? Sie ist von ein oder zwei Seiten begehbar und beispielsweise mit gebogenem Glas für eine besondere Optik realisierbar. (dzi/djd/akz-o)

Ralph Zimmermann GmbH
Meisterbetrieb für Sanitär- & Heizungstechnik

bad & heizung®
KUNSTSTOFF- & KUNSTHAUT-FLIESEN

Massenerstr. 121 · 59423 Unna · info@zimmermann-unna.de
www.zimmermann-unna.de

24 Stunden-Service: (02303) - 94 38 70

Ein Blüten-Mehr für Bienen und Co.

Wie man Garten und Balkon zum gedeckten Tisch macht

Frühlingszeit ist Pflanzzeit. Mit Schaufel und Gießkanne in der Hand machen sich jetzt wieder viele Hobbygärtner:innen daran, ihre grüne Oase neu zu gestalten. Wer dabei auch an die Umwelt denkt, kann gleichzeitig einen wichtigen Beitrag zum Erhalt unserer heimischen Honig- und Wildbienen leisten.

Schon mit kleinen Maßnahmen im privaten Grünbereich können sie wirksam unterstützt werden. Achten Sie auf die richtigen Pflanzen und gestalten Sie auf Beet und Balkon ein herrlich buntes Insektenparadies. Hier einige Tipps.

Auf verschiedene Blühzeiten achten

Geeignet sind dafür laut dem Deutschen Imkerbund (D.I.B.) neben zahlreichen Blumen auch verschiedene Obstbäume und -sträucher, diverse Kräuter sowie Stauden

und Zwiebelgewächse. Wichtig ist, gute Nektar- und Pollenlieferanten zu wählen und darauf zu achten, dass die Pflanzen zu unterschiedlichen Zeiten blühen, damit die Bienen die ganze Saison lang Nahrung finden – also von Krokus und Schneeglöckchen über Rosen und Beerensträucher bis zu Efeu und Herbanemone.

Pflanzen mit ungefüllten, offenen Blüten, die reichlich Pollen und Nektar liefern, sind für Wildbienen, Hummeln und Schmetterlinge erste Wahl. Noch besser, wenn sie dazu noch eine lange Blütezeit haben und die nützlichen Tierchen über viele Monate mit wertvoller Nahrung versorgen können! Zahlreiche Pflanzen werden jetzt im Gartenfachhandel, im Baumarkt oder direkt beim Gärtner angeboten. Egal, ob Balkon, im Gartenbeet oder auf der Terrasse: Für jede Ausgangslage gibt es die passenden Angebote.



Foto: djd/Deutscher-Imkerbund-eV/Cordula-Bieber

Darauf fliegen sie!

Ein Festschmaus für Bienen sind die sternförmigen Blüten der Goldmarie (Bidens): Die Blütenblätter haben einen zitronengelben Rand, der die kräftig rote Mitte kontrastreich hervorhebt. Der Dauerblüher erfreut mit seiner Farbenpracht von Mai bis in den Herbst hinein.

Auf den wunderschönen Zwerg-Flieder (Buddleja) fliegen Schmetterlinge besonders! Es gibt ihn in vier verschiedenen intensiven Blütenfarben: Violettblau, Lila, Magenta und Weiß.

Pflanzen mit „Zusatznutzen“

Nicht nur toll für Bienen und andere Insekten, sondern auch für den Menschen sind folgende Pflanzen: Obstbäume und Sträucher wie Apfel, Birne, Kirsche, Johannis- oder Himbeere liefern frische Früchte.

Kräuter wie Thymian, Schnittlauch, Salbei und Zitronenmelisse sind in der Küche ebenfalls vielseitig einsetzbar. Frisch geerntet und garantiert unbehandelt bieten sie gegenüber vielen Trockengewürzen nicht nur geschmackliche Vorteile.

Unter den Staudengewächsen sticht der Lavendel mit seinem betörenden Duft besonders hervor. Man kann ihn als besonderes Würzkraut und für Duftkissen und entspannende Badeszusätze verwenden.

Bei den Blumen ist die schöne Malve sogar als Tee genießbar, während weißer Senf mit seinen hübschen gelben Blüten nicht nur die Bienen einlädt, sondern auch die Ernte frischer Senfkörner ermöglicht. (dzi/djd/GPP)

malermeister spauke
Maler- und Lackiermeister

Innenarbeiten: Beschichten, Lackieren, Tapezieren, Verklebung hochwertiger Wandbeläge, Spachteln, Spritzbeschichtung, Malereien usw.

Außenarbeiten: Fassadenreinigung, -beschichtung, Korrosionsschutzarbeiten, Putzbeschichtungen, Dachbeschichtungen, Restaurierung, Wärmedämmung im Verbund usw.

Creative Gestaltung: Alte Wickeltechniken, Spachtel-, Wisch- und Stumpftechniken, Gestaltung mit Lasuren usw.

Buschweg 25 • 59174 Kamen • Tel.: 02307 79222
Fax: 02307 289506 • E-Mail: maler-spauke@gswcom.bl
Internet: www.malerspauke.de

SANITÄR HEIZUNG LECKORTUNG

Der Fachbetrieb für Heizung, Sanitär, Gas & Wasser

Schabbehardt
IM Meisterbetrieb

Frank Schabbehardt
59174 Kamen-Methler
Bückerburger Straße 30
Tel. 02307 / 38077

www.schabbehardt.de

Stefan Krebber
Gartenbauliche Dienstleistungen aus Meisterhand

Gartenpflege, Baumfällungen und Baumschnitt per Seilkletterertechnik, Baumstumpf-Wurzelfräsdienst

eigener Hubsteiger bis 30 m

S. Krebber • Hirschberg 7 • 58730 Fröndenberg
Telefon: 02373 9170224
www.gartenservice-rundum.de

Gartenmöbel & Ambiente

Garten- & Loungemöbel • Sonnenschirme • Strandkörbe
Grills • Zubehör • Liegen • Deko u.v.m. auf über 1500 m²

Industriestraße 16
59348 Lüdinghausen
Tel: 02591 - 89 23 45

Mo - Fr: 10:00 - 18:30 Uhr
Sa: 10:00 - 16:00 Uhr
Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Infos auf www.gartenmoebelundambiente.de

Der Preis ist heiß

Immobilienbewertung hilft, zum passenden Verkaufspreis zu kommen



Foto: pixabay

Der Wert von Wohnimmobilien ist innerhalb der letzten fünf Jahre deutlich gestiegen. Allein in Berlin kletterte der Preis einer Bestands-Eigentumswohnung im Durchschnitt um 84 Prozent nach oben. Das geht aus einer Recherche von ImmoScout24 hervor. Bei Veräußerung bieten Eigentümer:innen für eine 80 Quadratmeter große Wohnung mit mittlerer Lage und Ausstattung als Verkaufspreis auf der Online-Plattform aktuell durchschnittlich 170.880 Euro mehr an als noch vor fünf Jahren.

Entwicklung bleibt beständig
„Wohnimmobilien haben sich in den letzten Jahren als stabile und rentable Kapitalanlage bewährt“, kommentiert dazu Dr.

MERTIN seit 1975
Immobilien

Ihr erfahrener Partner mit Sachverstand in Holzwickede!
Kostenfreie Beratung!

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf:
Tel.: 02301/8440 Mobil: 0171/8014642
info@immobilien-mertin.de

Thomas Schroeter, Geschäftsführer von ImmoScout24. Der Experte erwartet, dass sich diese Entwicklung auf absehbare Zeit fortsetzen wird, wenn auch nicht mehr ganz so dynamisch. Wer jetzt jedoch sein Eigentum zu Geld machen will, sollte dessen aktuellen Wert genau kennen. Eine Immobilienbewertung hilft, diesen richtig einzuschätzen – die Grundlage für ein erfolgreiches Geschäft. Denn ist der geforderte Kaufpreis zu niedrig, verschenken Verkaufende Geld und riskieren eine nicht zu bewältigende Flut an Interessenten. Ist der Preis zu hoch, wird die Immobilie zum Ladenhüter – und verkaufsbe-

reite Eigentümer:innen haben mit der Preiskorrektur doppelte Arbeit.

Den passenden Wert ermitteln
Verkaufende erhalten auf den unterschiedlichen Online-Plattformen oft eine persönliche und kostenlose Preiseinschätzung per E-Mail. Der Marktwert eines Gebäudes ergibt sich dabei aus Faktoren wie dem Kaufpreis im Anschaffungsjahr, der Wertsteigerung und der Bankbewertung. Dies sollte aber höchstens als Richtwert genommen werden. Für ein offizielles Gutachten vor Ort sollte unbedingt ein Immobilienprofi kontaktiert werden – etwa ein/e professioneller Makler:in oder Sachverständige. Denn sie kennen den Markt vor Ort und können durch ihr Fachwissen den Zustand der Wohnung oder des Gebäudes sowie die Lage der Immobilie den realistischen Verkaufspreis ermitteln. Zudem können die Fachleute Ihnen beim Verkauf unter die Arme greifen. Abschließend sollten sich Haus- oder Wohnungsbesitzer:innen darüber im Klaren sein, dass das Geld nicht sofort fließt, nachdem man eine Verkaufsanzeige geschaltet hat. Als Richtwert für die Vermarktungsdauer gelten rund fünf Monate, wobei sich Häuser in stark nachgefragten Regionen meist deutlich schneller verkaufen lassen als im ländlichen Raum. (dzi/djd)

günstester
IMMOBILIEN
IN UNNA UND WERNE

Wie machen für Ihre Zukunft?

günstester-immobilien.info

Von uns erhalten Sie eine kostenfreie Bewertung Ihrer Immobilie. Wir suchen Häuser und Eigentumswohnungen im Kreis Unna/Werne und finden für Sie den passenden Mieter!

UNNA: T 02303-6729880 MASSENER HELLWEG 32A, 59427
WERNE: T 02389-7789341 MEISERWEG 2A, 59368

unsere immobilienvermittlung

Verkauf und Vermietung mit Rundum-Service

Postbank Immobilien GmbH
Sven Markert - Massener Str. 50
59423 Unna - 02303-2533114
sven.markert@postbank.de
<https://immobilien.postbank.de/unna>



Haus verkaufen ist einfach?

Machen Sie es sich einfach, und kommen Sie doch lieber gleich zu uns, denn bei uns warten schon die Käufer!

Bei uns sind Sie immer bestens beraten, wenn es um den Verkauf Ihrer Immobilie geht.

Ihr Ansprechpartner:
Frank Friße
Rathausplatz 2
59192 Bergkamen
Tel.: 02307/821-205
www.spk-bergkamen-boenen.de



Sparkasse Bergkamen-Bönen

www.ukbs.de

UKBS
Ihr guter Nachbar

Dein Leben.
Deine Stadt.
Dein Zuhause.

Unnaer Kreis-Bau- und Siedlungsgesellschaft mbH
Friedrich-Ebert-Straße 32 • 59425 Unna • Tel.: 02303 2827-0 • E-Mail: info@ukbs.de

„Wir bringen die passenden Käufer und Verkäufer zusammen.“

Weil's um mehr als vermitteln geht.

Die Immobilienprofis Marie Purwin, Manfred Hupe und Andrea Rehmeier beraten Sie gerne in ausführlichen Gesprächen.

02303/104-5200
immobilien@sparkasse-unnakamen.de

S
Sparkasse UnnaKamen



AUFREGEND ANDERS "DEN GARTEN ZUR WOHLFÜHLOASE MACHEN."

HolzLand Beese – aufregend anders und BEESe-onders. Doch was steckt dahinter? Im Interview geben die Geschäftsführer, Johannes Schnitger und Kai-Alexander Braun, einen Einblick in die Welt von Beese. Sie erzählen was ihren Holzhandel von anderen unterscheidet und plaudern ein bisschen aus dem Nähkästchen. Und passend zum bevorstehenden Frühling stellen die beiden die beliebtesten Produktkategorien für die Gartengestaltung vor.

ALLES ANDERE ALS EINHEITSBREI

HolzLand Beese ist ein moderner Holzfachhandel aus Unna. Das Familienunternehmen gibt es seit 1905 und ist alles andere als ein typischer Betrieb.

Die Menschen bekommen dort Produkte und Service-Leistungen rund um die Themen Wohnen, Garten und Bauen mit Holz. Für wen sich der Weg zu HolzLand Beese lohnt, ist die erste Frage: „Für alle“, so Kai-Alexander Braun, „die bauen oder renovieren möchten und keinen Bock auf Einheitsbrei haben. Denn bei uns finden die Menschen nicht nur aktuelle

Wohntrends. Sie bekommen auch Inspiration für den Garten und Holz zum Bauen. Und zwar alles aufregend anders!“

Es gehe letztendlich nicht nur um hochwertige Produkte. Sondern um das Gefühl, sich zuhause wohlfühlen. „Alles, was man dazu braucht, gibt es bei uns“, schwärmen die Geschäftsführer.

FRÜHLING IN DEN GARTEN HOLEN

Sobald es draußen wärmer wird, wollen die Menschen wieder ab in die Natur. So werden Terrassendielen, Sichtschutzzäune und Häuser für den Garten zu den gefragten Produkten.

TERRASSEN AUS HOLZ ODER WPC?

Mit dieser Frage werden die beiden immer wieder gelöchert: „Eine Terrasse aus Holz ist Natur pur. Sie fügt sich ganz harmonisch in die Umgebung ein. Und hat dazu einen sehr überschaubaren Pflegeaufwand: abhängig davon, ob die ursprüngliche Holzfarbe erhalten werden soll oder sie natürlich vergrauen darf“, erläutert Braun. Doch WPC-Terrassendielen seien auch nicht außer acht zu lassen. Sie gehen weit über die optische Vielfalt hinaus. Die clevere Mischung aus Holz und Kunststofffasern vereine die Vorteile beider Werkstoffe: sehr robust und

abriebfest, UV-beständig, splitterfrei und pflegeleicht.

SICHTSCHUTZZÄUNE FÜR PRIVATSPHÄRE

In punkto Sichtschutz höre es bei Holz und WPC aber noch nicht auf: Die Sichtschutzzäune gibt es zudem auch aus Kunststoff, Glas oder als Doppelstabmatten. So habe jedes Material seine eigenen Vorteile – je nach Anwendungsbereich und persönlichem Geschmack. Es stehen blickdichte und lichtdurchlässige Varianten zur Auswahl. Aber auch durch das Kombinieren verschiedener Materialien könne ein besonderer Look kreiert werden. Doch alle haben eines gemeinsam: Sie schützen vor ungewollten Blicken – egal, ob Nachbarn oder Fußgänger.

BEESENDERE HÄUSER IM GARTEN

„Hier ist wirklich für jeden etwas dabei: Gartenhäuser als ideale Partylocation, geräumige Gerätehäuser für Hobbygärtner und Saunahäuser zum Wellness zuhause“, erzählt Kai-Alexander Braun begeistert. Bei der Materialauswahl komme es ganz darauf an, welchen Zweck das Haus im Garten erfüllen soll: Denn Holz, Metall oder WPC bringen unterschiedliche Vorteile mit sich. Aber auch die gewünschte Optik spielt hierbei eine entscheidende Rolle.

AUFREGEND ANDERS BAVEN UND WOHNEN

Beese hat aber nicht nur alles für den Garten – auch die Themen Bauen und Wohnen sind das Metier des Holzfachhandels: Dach, Fassade, Trockenbau, Dämmung und Platten. Sowie Böden, Türen, Wand und Decke, Treppen und Fenster.

GEDRUCKTER KATALOG UND ONLINESHOP

Beese bekomme man analog und digital: „Wer Bock hat, kann sich durch unseren gedruckten Katalog blättern. Und wer sich lieber online inspirieren lässt, stöbert am besten durch den Beese-Onlineshop.“, ergänzt Johannes Schnitger.

PRODUKTE ERLEBEN: BEESE-AUSSTELLUNG

In der 5.800 Quadratmeter großen Ausstellung gibt es alles, wovon Bauherren und Renovierer träumen: eine riesige Auswahl an Bodenbelägen und Türen, langlebige Terrassendielen und praktische Sichtschutzsysteme. „In der Ausstellung halten wir unsere Versprechen ein.“, erklärt Schnitger. „Ich kann jedem nur empfehlen, mal vorbeizukommen.“

„Natürlich ist es praktisch, sich die gewünschten Produkte bequem und einfach von zuhause aus im Onlineshop zu bestellen. Doch es geht

doch nichts darüber, sich die Terrassendielen in live anzuschauen und die Türklinke einfach mal anzufassen“, beschreibt Braun. „Unsere Kunden wollen dieses Gefühl erleben und wir liefern es.“

MACHEN LASSEN VS. SELBER MACHEN

Wer zwei linke Hände hat, kann sich die Holzwerkheiden von Beese holen. „Sie sind zuverlässige Profis, die alles verlegen und montieren“, so Braun. „Wir organisieren Termin und Lieferung und schon kann es losgehen. Die Abrechnung läuft übrigens komplett über uns. Damit alles aus einer Hand kommt – einfacher geht's nicht.“ Und wer selbst handwerklich begabt ist, kann sich bei Beese auch die

passende Maschine für jedes Projekt ausleihen. Der Terrassenboy reinigt nicht nur die Terrassendielen, sondern hilft auch gegen die Vergrauung. Er ist im Frühling so gut wie ausgebucht.

FACHMÄNNISCHE BERATUNG

Johannes Schnitger zum Thema Beratung: „Wir BEESeianer sind nicht einfach nur Verkäufer. Wir sind Fachleute, die persönliche Wünsche verstehen und helfen, endlich aufregend anders zu wohnen.“ Denn bei Beese sei nicht nur die Kundenzufriedenheit oberste Priorität. Der Holzfachhandel habe das Ziel, die Menschen zu begeistern: Sie fühlen sich hier nicht nur willkommen, sondern auch verstanden.



BOCK AUF MEHR?
VORBEIKOMMEN!

Johannes Beese GmbH & Co. KG
Massener Straße 139 – 141 | 59423 Unna
Tel. 02303 250100 | info@holzlandbeese.de
www.holzlandbeese.de

HolzLand
BEESE
AUFREGEND
ANDERS



Fotos: privat

Fröndenberg begrüßt das Frühjahr

Frühlingsmarkt startet am 3. April

Endlich ist der Frühling in Sicht und damit können auch die Veranstalter:innen, Einzelhändler:innen und Gäste aufatmen. Optimistisch schaut auch die Ruhrstadt

Fröndenberg in die Zukunft. „Wir sind guter Dinge, dass wir den Frühlingsmarkt am 3. April durchführen können“, sagt Ole Strahthoff von der Stadt Fröndenberg.

Schließlich entwickeln sich die Infektionszahlen positiv und es sei ja auch eine Outdoor-Veranstaltung. Schon der Bauernmarkt im vergangenen Herbst lockte nach einem Jahr Pause wieder viele Besucher:innen an. Wenn das Wetter mitspielt, werden sicher auch an diesem Sonntag im April zwischen 11 und 18 Uhr viele Interessierte in den Himmelmannpark, auf den Marktplatz und in die In-

nenstadt mit einem verkaufsoffenen Sonntag strömen. Die konkreten Planungen zum Programm laufen noch, aber sowohl die Werbegemeinschaft der örtlichen Einzelhändler als auch die Stadt haben die traditionellen Marktbesucher und Partner angeschrieben. „Die Anmeldephase läuft noch, aber wir haben schon viele Rückmeldungen von bekannten Händlern die ihre Zusage



gegeben haben“, freut sich Strahthoff.

Wenn also die ersten Tulpen, Narzissen und die ersten Blüten an den Forsythien die Sonnenstrahlen genutzt haben und bringen die erste Farbe in die Bete und auf die Wiesen bringen, können sich alle Interessierte wieder auf nach Fröndenberg machen. Wie gewohnt präsentieren sich zahlreiche Aussteller rund um die Themen Gartengestaltung, „Schönes für die Gartendekora-

tion“, wie Betonskulpturen und Holzkunst, aber auch Haus und Hobby sowie Waren des täglichen Gebrauchs und Informationsstände den Besucher:innen des Frühlingsmarktes. Zusätzlich werden sicherlich auch die Einzelhändler der Werbegemeinschaft die ein oder andere Aktion für die Besucher:innen bereithalten. Merken Sie sich also am besten schon einmal Sonntag, 3. April, vor und schauen Sie beim Frühlingsmarkt in Fröndenberg vorbei.



Foto: Blumenbüro Holland

CDU Stadtverband Fröndenberg/Ruhr

Nah an den Menschen.

Für unsere Stadt!
Fröndenberg. Hier lebe ich gern.

www.cdu-froendenberg.de

AKKU POWER. MADE BY STIHL.
Jetzt STIHL AkkuSystem COMPACT testen.

AGRAVIS
TECHNIK

AGRAVIS Technik
Linne-Lippe GmbH
Ruhstraße 19
58730 Fröndenberg
Telefon 02373 97780
www.agravis-technik.de

Das Neue
Hotel Am Park

Ihr Zuhause in
Fröndenberg

Ruhstraße 16
58730 Fröndenberg/Ruhr
Telefon 02373/17 405-0
Telefax 02373/17 405-20
info@das-neue-hotel-am-park.de
www.das-neue-hotel-am-park.de

FÜR UNSERE STADT!

FRÖNDENBERG
RUHR

SPD

www.spd-froendenberg.de

LEVEL
UP

- Physiotherapie
- Rehasportkurse
- Präventionskurse
- medizinisches Gerätetraining
- Gerätetraining

Inhaber

Medizinisches Zentrum für Physio und Fitness

Im alten Bahnhofsgebäude von Fröndenberg
www.levelup.ruhr | info@levelup.ruhr

Europäischer Tag der Logopädie:

Experten-Hotline am 6. März 2022

Anlässlich des Europäischen Tages der Logopädie bietet der Deutsche Bundesverband für Logopädie (dbl) am 6. März 2022 eine bundesweite Telefon-Hotline für Fragen zum Thema Logopädie an.

In diesem Jahr steht das Motto „Logopädie: Therapie in jedem Lebensalter“ im Mittelpunkt des Europäischen Tages der Logopädie und macht aufmerksam auf



Ob Jung oder Alt: Therapeutische Unterstützung ist in jedem Lebensalter sinnvoll. Foto: © dbl e.V. - Dt. Bundesverband f. Logopädie/J. Tepass

Die Sprachvilla
Praxis für Logopädie
Robert-Koch-Str. 46a
59174 Kamen
Tel: 02307 2611888
E-Mail: info@sprachvilla.de

„Sprechen mit Freude“

Hotline am Sonntag!
6. März von 17 - 20 Uhr
02303 - 902160

„Stimmen sind hörbare Stimmungen.“
v. A. Tenzer

LOGOPÄDIE BOOGS

Praxis Unna
Bahnhofstr. 25

www.boogs-logopaedie.de per WhatsApp 0170 - 2363564



Foto: © dbl e.V. - Dt. Bundesverband f. Logopädie/J. Tepass

die Vielfalt der Anliegen, mit denen sich Patientinnen und Patienten aller Altersgruppen an Logopädinnen und Logopäden wenden. Bei ihnen erhalten sie therapeutische Unterstützung und Hilfe, die es ihnen ermöglicht, sprachliche Anforderungen in der Schule zu erfüllen, wieder ihrem Beruf nachzugehen, Kommunikationsanlässe im Alltag zu meistern, sich mitzuteilen, erneut genussvoll zu essen oder insgesamt ihre Lebensqualität zu verbessern.

Experten geben Antwort

Was kann ich gegen chronische Heiserkeit tun? Ist es normal, wenn ein Kind mit fünf Jahren noch sehr undeutlich spricht? Was kann man tun, wenn nach einem Schlaganfall die Worte fehlten? Wird Logopädie ver-

ordnet und von wem? Diese und weitere Fragen beantworten an diesem Tag kompetente Logopäd:innen des Deutschen Bundesverbandes für Logopädie e.V. (dbl).

Die Expert:innen sind unter der zentralen Telefonnummer 01805/353532 am 6. März 2022 zwischen 17 und 20 Uhr zu erreichen. (Ein Anruf kostet 14 Cent/Minute aus dem deutschen Festnetz; maximal 42 Cent/Minute aus den Mobilfunknetzen).

Eine Liste aller Logopäd:innen im Deutschen Bundesverband für Logopädie e.V. (dbl) finden Interessierte unter dbl-ev.de/service/Logopaedensuche. Weiterführende Informationen zu den verschiedenen logopädischen Störungsbildern sind unter www.dbl-ev.de/logopaedie zu finden.

Im Hier und Jetzt
Mein Weg in die Achtsamkeit

MBSR-Kurs, Stressbewältigung durch Achtsamkeit nach Jon Kabat-Zinn

Wann: dienstags ab 3.5.22, 18.30 - 21.00 Uhr (8 Termine + 1 Tag der Achtsamkeit)

Wo: „Baumhaus“ in Unna, Kessebürener Weg 3

kleine Gruppen, unter den dann gültigen Corona-Regeln

Weitere Infos und Kurse unter:
www.wegderachtsamkeit.de
Tel. 02301/944148 | info@wegderachtsamkeit.de

11. März - Theater - 19.00 Uhr Es war einmal...

Die neue Produktion vom Musical-Projekt „Freie Wildbahn“ – Jugendmusical für Unna. „Es war einmal...“ ist eine turbulente Komödie, märchenhaft, witzig, schillernd und bunt, mit aufwendigen Choreographien und viel Gesang, begleitet von einer Live-Band.



Plakat: „Freie Wildbahn“

Die Musikmischung der vierten Produktion reicht diesmal von Dean Martin über Britney Spears und Christina Aguilera bis zu Beyoncé und Billie Eilish.

Prinz Jerome von Zaramonien will heiraten: die zauberhafte Arabella, das Mädchen seiner Träume. Doch die beiden haben ihre Rechnung ohne Grusella gemacht, eine Fee, die ihre pechschwarze Seele hinter rosa Zuckerguss verbirgt. Grusella will ihre Tochter Estelle mit dem Prinzen verkuppeln. Deshalb verbannt sie Arabella an einen furchtbaren Ort ohne Hoffnung und Liebe – in die Realität des 21. Jahrhun-

derts. Dort strandet die Märchenbraut in einer WG mit Nerds, LGBT-Aktivistinnen, Zicken und Machos.

Da auch der Prinz, Estelle und die beiden trottelligen Helfer der Fee bald in der realen Welt auftauchen, ist das Chaos vorprogrammiert. Tickets nur über die Lindenbrauerei zum VVK-Preis von 15 Euro, erm. 13 Euro (jeweils plus Systemgebühr). Weitere Aufführungen: So. 13./Fr. 18./Sa. 19./So. 20./Fr. 25./Sa. 26./So. 27./Do. 31. März sowie am 01. April. **Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna**

LWL-Klinik Dortmund
im Psychiatrie-Verband Westfalen

Dialog Seelische Gesundheit
Die März-Termine

Gesprächsabende für Betroffene, Angehörige und Behandlungs-Profis

Wir reden miteinander. Über unsere Gefühle. Über unsere Erfahrungen, Hoffnungen und Perspektiven. Über Ängste und darüber, wie die Zukunft aussehen könnte. Bezogen auf unterschiedliche Krankheitsbilder. Wir, das sind Erkrankte, Angehörige und Mitarbeiter:innen der LWL-Klinik Dortmund. Dialog – das bedeutet Gespräche auf Augenhöhe in guter Atmosphäre.

Dialog Depression (mit Anmeldung):
15. März: Medikamentöse Therapien
Anmeldung: matthias.poggs@lwl.org oder 0231/45032312

Dialog Psychose:
8. März: Was unterschreibe ich eigentlich alles, wenn ich in die Psychiatrie gehe und warum?

Dialog Sucht:
22. März: Welche therapeutischen und medikamentösen Verfahren gibt es?

LWL-Klinik Dortmund
Dienstags in der Auferstehungskirche auf dem Klinikgelände
18-20 Uhr, Marsbruchstraße 179
Es gilt die 2Gplus-Regel

LWL
Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe

Tag der Rückengesundheit:

Zeig Herz gegen Rückenschmerz – jetzt und für immer!

Genau das ist das Motto der diesjährigen Themenwoche des Bundesverbandes deutscher Rückenschulen (BdR) e.V. und der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V., die kurz vor dem Tag der Rückengesundheit startet. Vom 14. bis 18. März 2022 finden Interessierte wie Betroffene wieder allerlei spannende Workshops und Seminare.

Rückenprobleme sind ein wahres Volksleiden. Umfragen zeigen: 61,3 Prozent der Befragten klagten in den vorausgegangenen zwölf Monaten über Rückenschmerzen. Dabei knackt der untere Rücken deutlich öfter als der obere und auch chronische Schmerzen machen den Befragten zu schaffen. Dank BdR und AGR lernen Sie nicht nur Ihren eigenen Rücken ganz neu kennen und lieben. Die fünf Abende

Zeig Herz gegen Rückenschmerz - jetzt und für immer

Sei dabei...
5 Abende
7 Vorträge
0 Kosten

www.tdr.digital

Online Themenwoche
www.tdr.digital

Bilmaterial: AGR/BdR

Gesund werden - Gesund bleiben - Sicher trainieren

FIT 'N' WELL
Das Beste für mich.
Ganzheitliches Trainings- und Gesundheitszentrum.

Angebot bis 15.03.2022:
1 Monat kostenlos*
1 Monat Rücktrittsrecht mit Geld-zurück-Zufriedenheitsgarantie*
50 % Rabatt auf Startgebühr*
*bei Abschluss eines 24 oder 12 Monatsvertrags

Gesund werden: Mit unserer einmaligen Kombination von Physiotherapiepraxis, Fitnessstudio und Freibad bieten wir optimale Voraussetzungen für Ihr Wohlbefinden. Bringen Sie Ihren Bewegungsapparat wieder auf Vordermann. Bauen Sie Ihre Muskeln auf. Nehmen Sie sanft und nachhaltig ab. Wir betreuen Sie mit individuellen Rehabilitationsmaßnahmen, Trainingsprogrammen, und Ernährungskonzepten. (Informationen zum „slimcoach - Ernährungskurs“ im Studio!)

Gesund bleiben: Vielschichtige Trainingsmöglichkeiten sorgen für ein dauerhaft abwechslungsreiches Trainingsprogramm und ganzheitliche Lösungen für Ihr individuelles Bedarfsprofil.

Sicher trainieren: Denn wir sind zertifiziert

DEUTSCHER HAUSÄRZTEVERBAND
HYGIENE
SIE LÜFTET BEIM...
slimcoach
Krankenkassen-zertifiziert mit bis zu 100% Erstattung Ernährungskurs

physiotherapie • medical fitness • outdoortraining • freibad • rehasport • gesundheitssport

Steinbruchstraße 38 | 59439 Holzwickede | www.fitnwell.de | Telefon (02301) 1 22 33

© Ortszeit Unna - F.K.W. Verlag

Ist dein Immunsystem schon scharf gestellt?

25 Teilnehmer*innen für bundesweite Rücken- und Ernährungs-Studie gesucht.

Gerade jetzt ist unser Immunsystem enorm gefordert. Jedes Kilo mehr auf der Waage erhöht das Risiko eines immer schwächer werdenden Immunsystems. Deshalb ist die aktuelle bundesweite Studie „Aktives Abnehmen zur Immunstärkung!“ besonders wichtig.

In Zusammenarbeit mit der Gesellschaft für Bewegungs- und Ernährungsanalysen (GFBE) soll diese anonyme Studie beweisen, dass durch gesunde Ernährung und Krafttraining, nachweislich auch das gefährliche Bauchfett reduziert wird und somit das Immunsystem gestärkt werden kann. **Denn Muskeltraining ist der Impfstoff für dein Immunsystem.**

Wir suchen 25 Teilnehmer*innen, die an einer 4-wöchigen Abnehm-Studie zur Immunstärkung teilnehmen möchten.

Sie erhalten:

- Gesundheitsanalyse (Körperfett, viszerales Bauchfett, Wasser, Muskeln, Gewicht) am Anfang und am Ende der Studie
- 4 Wochen Training mit Einweisung in ein Stoffwechseltraining zur Fettverbrennung durch unsere Fachtrainer
- 4 spannende Studienvideos
- Inkl. Studienbegleitheft mit Rezepten zum Abnehmen
- Inkl. Buch „Immungpower für deine Gesundheit“
- Inkl. Kurse wie z. B. Bauch & Rücken Fit, Faszien Pilates, Yin Faszien Yoga.

Preis für die gesamte Studie nur 69,90 €

TEAM Fitness GmbH
Hansastraße 78 C
59425 Unna
0 23 03 - 90 29 50
info@team-fitness.de
www.team-fitness.de

Anmeldeschluss: 19.03.2022

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 08.00 - 22.00 Uhr
Sa. - So. 08.00 - 16.00 Uhr

Facebook, Instagram, QR-Code

der digitalen Themenwoche sind ein guter Anlass, um mit Familie und Freunden gemeinsam die Live-Streams zu verfolgen. Mit Aufklärung, wertvollen Informationen und Tipps kann man auf vielfältige Art und Weise nicht nur kurz-, sondern auch langfristig profitieren. Die Streams finden auf Youtube statt und sind kostenfrei für jedermann zugänglich.

Vielfältige Angebote
Dabei stellen namhafte Expert:innen aus Industrie und Wissenschaft allen Interessierten in Live-Vorträgen und Workshops alltagstaugliche Tipps, lizenzierte Programme und Konzepte zur Rückengesundheit vor und beantworten Ihre Fragen im Live-Chat und in Diskussionsrunden im direkten Anschluss. „Im Alltag funktionieren – Das ist leider viel zu oft an der Tagesordnung. Dass Selbstliebe aber auch etwas mit einem Bewusstsein für die eigene Gesundheit zu tun hat, nehmen die wenigsten für sich wahr. Wir zeigen in der Aktionswoche zum Tag der Rückengesundheit, wie Sie ab sofort dau-

erhaft fit und gesund bleiben und das regelmäßig und nachhaltig“, so Ulrich Kuhnt, Sportwissenschaftler und Vorsitzender des BdR.

So machen Sie mit
Detlef Detjen, Geschäftsführer der AGR e. V. und Mitinitiator des Tages der Rückengesundheit ergänzt: „Oftmals sind es doch die kleinen Dinge, die am meisten Freude bereiten. Warum sollte es bei der Rückengesundheit anders sein? Schon kleine Optimierungen im alltäglichen Umfeld können einen spürbaren Unterschied machen – das fängt bei der Matratze an und geht über den Autositz bis hin zum Bürostuhl. Unsere Mission ist es, den Menschen zu zeigen, wie sie ihr Umfeld, ihren Arbeitsplatz, ihr Zuhause so gestalten können, dass Rückenschmerzen vermieden werden.“
Dabei sein und Herz gegen Rückenschmerz zeigen: Um Erinnerungen an die jeweiligen Termine zu erhalten, können Sie sich ab sofort unverbindlich und kostenfrei unter www.tdr.digital registrieren oder gleich den QR-Code scannen. So erhalten

Sie schon jetzt umfangreiche Tipps rund um Ihre Rückengesundheit und während der Themenwoche

- Die Themen für mehr „Rücken“-Liebe:**
- | | | | |
|--------------------|---|-----------------|-------------------------------|
| Montag, 14.03. | Kleine Kraft- und Mobilisations-Übungen | Freitag, 18.03. | Noch mehr Freude am Radfahren |
| Dienstag, 15.03. | Expertentipps für einen (Rücken-) gesunden Alltag | | |
| Mittwoch, 16.03. | Faszinierende Faszien | | |
| Donnerstag, 17.03. | Work-Life-Balance: Es geht um dich! | | |

zuverlässige Terminerinnerungen sowie die Links zu den jeweiligen Live-Workshops.



Sanitätshaus
Knapp
Orthopädie-Technik + Orthopädie-Schutztechnik

WIR BLEIBEN IM RATHAUS-CENTER!

Töddinghauser Straße 150, 59192 Bergkamen
Tel.: 02307-9831833, E-Mail: info@knapp-sanitaetshaus.de
Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 8-18 Uhr, Mi 8-16 Uhr



Steuerpflichtige Rentner:innen?

Was Sie bei der Steuererklärung beachten müssen

Aktuell tut sich einiges in Sachen Rente. Zum 1. Januar 2021 ist die Grundrente eingeführt worden, und im Allgemeinen steigt die Rente jährlich. Auch 2022 werden Rentner:innen wahrscheinlich mehr Geld in der Tasche haben – voraussichtlich 5 Prozent ab Juli. Beide Faktoren führen dazu, dass Senior:innen von einem Jahr aufs andere plötzlich wieder Steuern zahlen müssen. Wir haben Ihnen das Wichtigste einmal zusammengefasst.

Als Rentner:in sind Sie grundsätzlich zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet, wenn Ihr Einkommen den Grundfreibetrag übersteigt. 2021 lag der Grundfreibetrag für Alleinstehende bei 9.744 Euro pro Jahr. Für Verheiratete und eingetragene Lebenspartner gilt der doppelte Wert, also 19.488 Euro. 2022 wird dieser erneut erhöht, auf 9.948 Euro für Singles bzw. auf 19.896 Euro für Paare.

Wird die komplette Rente besteuert?

Dank des sogenannten Rentenfreibetrags bleibt ein gewisser Teil der Rente bislang steuerfrei. Entscheidend für die Höhe des Rentenfreibetrags ist das Jahr des Rentenbeginns. Wer 2021 in Rente ging, dem steht ein Rentenfreibetrag von 19 Prozent zu. Das heißt: 19 Prozent der Rente bleiben steuerfrei, 81 Prozent der Rente müssen allerdings versteuert werden. Der Rentenfreibetrag ist ein fester Eurobetrag, der in den Folgejahren grundsätzlich unverändert bleibt. Der steuerfreie Teil der Rente wird für zukünftige Rentner:innen in den kommenden Jahren immer kleiner, bis 2040 alle Renten zu 100 Prozent versteuert werden müssen.

Wie wird der steuerfreie Teil der Rente errechnet?

Grundlage für die Berechnung des Rentenfreibetrags ist die volle Jahresbruttorente. Die meisten

Rentner:innen gehen allerdings unterjährig in Rente, d.h. im ersten Jahr wird die Rente für weniger als zwölf Monate gezahlt. Deshalb wird der Rentenfreibetrag erst im zweiten – und damit vollen – Rentenbezugsjahr ermittelt.

Ein Beispiel: Harald ist am 1. April 2014 in Rente gegangen. Damit steht ihm ein Rentenfreibetrag von 32 Prozent zu. Der volle Rentenfreibetrag wird jedoch erst aus der Jahresbruttorente des zweiten Rentenbezugsjahrs errechnet. Haralds Jahresbruttorente 2015 betrug 24.000 Euro. Sein Rentenfreibetrag in Höhe von 32 Prozent liegt damit also bei 7.680 Euro. Dieser einmal ermittelte Rentenfreibetrag bleibt in den Folgejahren unverändert – auch wenn die Rente durch Rentenanpassungen steigt. Der Rentenfreibetrag wird für jeden Rentner zu Beginn der Rente individuell festgelegt. Die jährlichen Rentenerhöhungen, die im Laufe der Rente folgen, müssen in voller Höhe versteuert werden. Aber keine Angst: Werden durch die Rentenanpassung Steuern fällig, sind diese zunächst marginal.

Grundrente
Mit der neuen Grundrente wird

seit dem 1.1.2021 die Lebensleistung derjenigen anerkannt, die Jahrzehnte lang in Vollzeit gearbeitet haben, deren Verdienst jedoch nicht für eine auskömmliche Rente reicht.

Der Zugang zur Grundrente erfolgt über die Feststellung des Bedarfs. Dazu findet seit Mitte letzten Jahres eine umfassende Einkommensprüfung bei Rentner:innen statt. Da die Grundrente so unbürokratisch wie möglich ablaufen soll, erfolgt der Einkommensabgleich automatisch durch einen Datenaustausch zwischen der Rentenversicherung und den Finanzbehörden, sprich: Sie erhalten einfach mehr Geld.

Für den vollen Aufschlag darf das Monatseinkommen bei maximal 1.250 Euro (Alleinstehende) oder 1.950 Euro (Eheleute oder Lebenspartner) liegen. Geprüft werden das zu versteuernde Einkommen, der steuerfreie Teil der Rente sowie Kapitalerträge. Im Schnitt soll die Grundrente 75 Euro betragen. Maximal gibt es 418 Euro.

Es gilt ein Einkommensfreibetrag in Höhe von 1.250 Euro für Alleinstehende und 1.950 Euro für Paare, unabhängig von der Veranlagungswahl. Gleich hohe Renten sollen gleichbehandelt werden. Daher wird das zu versteuernde Einkommen unter Hinzurechnung des steuerfrei gestellten Anteils der Rente sowie aller Kapitalerträge zugrunde gelegt. Im Falle eines Rentenbezuges im Ausland ist für die Leistungsgewährung ein gleichwertiger Einkommensnachweis Voraussetzung.

Hilfe bei der Steuererklärung und Auskünfte bei Fragen zur Besteuerung Ihrer Rente geben zum einen Steuerberater, Lohnsteuerhilfsvereine oder auch die Verbraucherzentrale. (dzi/VLH)

Esken · Karnatz · Boeske
STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

- Steuererklärungen für Privatpersonen und Unternehmen
- Jahresabschlüsse
- Buchführung mit Zukunft
- Betriebswirtschaftliche Beratung

Standort Unna:
Viktoriastraße 25
59425 Unna
Telefon 0 23 03 | 98 10 90
Telefax 0 23 03 | 9 81 09 70

Standort Fröndenberg:
Ardeyer Straße 100
58730 Fröndenberg
Telefon 0 23 78 | 86 83 40
Telefax 0 23 78 | 8 68 34 14

info@ekb-steuerberater.de · www.ekb-steuerberater.de

STEUERBERATER
Verordneter Buchprüfer

ROBERT SCHMIDT

Wasserstraße 9
59423 Unna
Tel. 0 23 03 · 2 51 51 - 0
Fax 0 23 03 · 2 51 51 - 20

Marc Schmidt Dipl.-Kfm. (FH)
Steuerberater gem. § 58StBerG
Anna-Katharina Hoffmann M.A.
Steuerberaterin gem. § 58StBerG

www.steuerkanzlei-robert-schmidt.de · kontakt@steuerkanzlei-robert-schmidt.de

Wir seh´n uns im Heinz-Hilpert-Theater!

Mit einer bunten Mischung an Veranstaltungen startet das Heinz-Hilpert-Theater in den Frühling.

Das Westfälische Landestheater Castrop-Rauxel bringt mit „Vögel“ von Wajdi Mouawad am 16. März um 20 Uhr die Geschichte um ein jüdisch-arabisches Liebespaar und den Konflikt derer Familien auf die Bühne. Wajdi Mouawad ist einer jener Autoren, die uns immer wieder den Zauber und die Einzigartigkeit des Theaters erleben lassen. Tickets: 18 € / erm. 9 €.

Ein Stück wie ein Hitchcock-Film, rätselhaft, geheimnisvoll und ungemein spannend, erwartet die Zuschauer:innen beim packenden Psychothriller „Die Falle“ am 17. März um 20 Uhr mit Julian Schneider, Jenny Löffler und Patrick Dollmann aus „Sturm der Liebe“. Ein frisch vermähltes Paar verbringt romantische Stunden in einem Landhaus, bis die Ehefrau nach einem Streit spurlos verschwindet. Die Polizei nimmt die Ermittlung auf, bis plötzlich eine unbekannte Frau auftaucht, die sich als die verschwundene Ehefrau ausgibt. Ein perfides



Foto: © Stefan Mager:

Spiel um Macht und Ohnmacht beginnt. Die Theatergastspiele Fürth bringen das Stück nach Lünen. Tickets: 14 bis 23 € / erm. 7 bis 11,50 €.

Die „Latin Devils“ nehmen ihre Zuschauer:innen am 23. März um 20 Uhr mit auf eine Zeitreise von den 1920er-Jahren bis hin zur Gegenwart. „The Story of New York’s Spanish Harlem“ bietet mit Musik, Tanz und einer Multivision mit Bildern aus den verschiedenen Epochen eine Show der Extraklasse. Ein mit allen Grooves gewaschenes Sextett, drei Sänger:innen und zwölf preisgekrönte Tänzer:innen machen diese „hot show of Latin music, song & dance“ zu einem Er-



Latin Devils Foto: © John Heidema

lebnis für alle Sinne. Tickets: 35 bis 39 € / erm. 17,50 bis 19,50 €.

Für die Kids ab 4 Jahren bringt die Burghofbühne Dinslaken mit „Zottelkralle“ nach Cornelia Funke am 24. März um 16 Uhr eine Geschichte über Freundschaft, Toleranz und Mut zum Anderssein auf die Bühne des Hilpert-Theaters. Kalli ist wohl auf der großen, weiten Welt das einzige Kind, das sich ein Monster als Haustier wünscht. Was für ein Glück, dass sich das stinkige, struppige Erdmonster Zottelkralle derweil aus seiner Höhle raus und in ein kuscheliges Menschenbett rein wünscht. Wird es Kalli gelingen, Zottelkralle mit einem Monster-Menschen-Coa-

ching so zu schulen, dass Kallis Mutter und selbst ihr von Tierhaarallergie geplagter Vater Zottelkralle eine Chance geben? Tickets: 8 bis 9 €.

Feinstes Kabarett mit Fatih Çevikkollu erwartet die Besucher:innen am 25. März um 20 Uhr. „FatihMorgana“ ist eine Einladung zum Perspektivwechsel. Die Echokammer der Realität lässt nur durch, was man hören will. Doch wer sich permanent in seiner Wohlfühl-Filterblase bewegt, besorgt es sich ständig selbst – möglicherweise befriedigend, aber ist es auch befruchtend? Willkommen in der schönen neuen Welt der alternativen Fakten. Sein sechstes Solo-Programm widmet Fatih Çevikkollu dem Schein und dem Sein. Tickets: 20 bis 30 € / erm. 10 bis 15 €.

Das komplette Programm gibt’s unter www.luenen.de/theater. Weitere Infos und Eintrittskarten zu den regulären Öffnungszeiten beim Kulturbüro Lünen (Eingang Hansesaal), Kurt-Schumacher-Str. 41, Lünen, Tel. 02306/104-2299, unter www.luenen.de/kulturbuero und bei allen Eventim-Vorverkaufsstellen.

Lünen

Wir seh´n uns im Theater!

16.03. Vögel
interkulturelles, zeitgenössisches Schauspiel

17.03. Die Falle Psychothriller
mit Julian Schneider, Jenny Löffler und Patrick Dollmann

23.03. Latin Devils
Musik- und Tanzshow mit Mambo, Salsa u.a.

24.03. Zottelkralle
Kinderstück nach Cornelia Funke ab 4 Jahren

25.03. Fatih Çevikkollu
feinstes Kabarett mit "FatihMorgana"

Tickets: 02306 104-2299 - www.luenen.de/theater

Bequem und sicher

Mobile Angebote für Senioren

Wer sich den Alltag etwas erleichtern möchte, der holt sich am besten Unterstützung. Fallen Arbeiten rund um Haus und Garten schwer oder macht das Kochen keinen Spaß mehr, dann gibt es Profis, die Ihnen anstrengende Tätigkeiten gern abnehmen.

se sogenannten haushaltsnahen Dienstleistungen können Sie auch in der Steuererklärung geltend machen – ebenso wie Streudienste im Winter oder eine Haushaltshilfe.

Hilfe im Haushalt

Nicht weniger beschwerlich kann der eigene Haushalt werden. Reinigungskräfte und Haushaltshilfen helfen Ihnen nach Absprache und können z.B. auch die Bügelwäsche erledigen, die Betten beziehen und sogar mit Ihnen oder für Sie kochen. Haushaltshilfen können auch über die Pflegekasse bezuschusst werden, wenn diese über eine dafür qualifizierte Firma, z.B. einen Pflegedienst engagiert

Mit zunehmendem Alter mehrer sich meist die Beschwerden. Das Hinknien im Garten will nicht mehr gelingen, die Gießkanne zu tragen mühsam und über das Rasenmähen müssen wir erst gar nicht sprechen. Umso besser, wenn man eine/n Gärtner:in engagieren kann, der die eigene Oase in Schuss hält. Tipp: Die-



Illustrationen: Mohammed Hassan/pixabay

werden und wenn Sie bereits einen Pflegegrad haben. Denn hier werden auch neben Fachpflegekräften Alltagsbegleiter:innen bzw. Seniorenassistentenkräfte vermittelt, die keine Pflege leisten, Sie aber in allen anderen Belangen unterstützen, auch beim Einkauf oder Arzttermin.

Schönheitspflege

Warum den Weg zu Friseur, Kosmetik und Fußpflege auf sich nehmen, wenn diese Sie auch bequem zu Hause stylen und verwöhnen können? Rollende Friseur:innen sorgen für eine schicke Frisur, der/die Kosmetiker:in kümmert sich um Haut und Hände, während die mobile Fußpflege Ihnen mittels kosmetischer Pediküre zu gepflegten Füßen verhilft. Wer größere Beschwerden hat, der bestellt eine/n Podolog:in nach Hause. Diese Expert:innen kümmern sich nämlich im Rahmen der medizinischen Fußpflege auch um Krankheitsbilder der Füße, wie zum Beispiel den diabetischen Fuß, eingewachsene

Nägel, Hautkrankheiten oder individuelle Maßnahmen zur Druckentlastung.

Mobile Menüservices

Jeden Tag kochen? Das ist Schnee von gestern. Wer sowieso nicht mehr so viel Appetit hat und womöglich allein lebt, für den lohnt sich oftmals der Aufwand nicht mehr so recht. Vor allem, wenn man nicht drei Tage am Stück dasselbe essen möchte. Alternativen sind Mittagsangebote zum Beispiel in Seniorentreffs. Doch wenn man nicht mehr so mobil ist, sollte man nicht auf Fertiggerichte zurückgreifen müssen. Mobile Mahlzeiten, die von größeren Firmen, Sozialverbänden, aber auch lokalen Senioreneinrichtungen angeboten werden, sorgen für Abwechslung auf dem Speiseplan! Zudem können Sie bedarfsgerecht wählen, z.B. im Falle von Unverträglichkeiten oder wenn Schonkost gefordert wird. Neben dem Menü bekommen Sie zudem bei Lieferung ein nettes Lächeln gratis dazu.

Ambulantes Pflegeteam Unna
 Hertinger Straße 123 59423 Unna
 Telefon: 0 23 03 / 87 00 21
 E-Mail: pflegeteam-unna@dokom.net
 www.pflegeteam-unna.de



Idyllisch, zentral gelegen und gut betreut – so kann das Alter kommen!

Unsere Wohnanlage „Haus am Kurpark“ liegt direkt am Rande des Unnaer Kurparks und bietet seniorengerechtes Wohnen mit Service. Unser Konzept vereint die Vorzüge eines aktiven Lebens und ein Angebot von individuellen Serviceleistungen in angenehmer Atmosphäre. Modernes und barrierefreies Wohnen in hell geschnittenen Apartments in den Größen zwischen ca. 27- 63 m². Wellness, Gesundheit und Fitnessangebote finden Sie direkt im Haus. Unser Betreuungs- und Gemeinschaftskonzept wird Sie überzeugen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Sie erreichen uns unter:
 Telefon: 02303 283322
 www.gbs-sozial.de

HAUSNOTRUF
 mit dem Funkfinger sind Sie **rund um die Uhr** an 365 Tagen im Jahr in sicherer Begleitung, **24 Std. besetzte VdS-Notrufzentrale**. Für Selbstzahler schon ab **25,50 €** im Monat incl. MwSt. Nach DIN ISO 9001:2015 zertifiziert.

RUPPRECHT
 Vertragspartner aller Pflegekassen
 Philipp-Reis - Straße 6 · 59065 Hamm · ☎ (0 23 81) 67 50 55

Notrufknopf

Wer zunehmend unsicher unterwegs ist und allein lebt, hat oft Sorge was passiert, wenn man zum Beispiel stürzt und sich selbst nicht aus dieser misslichen Lage befreien kann. Hier ist der Hausnotruf die erste Wahl, denn mit einem Knopfdruck des meist am Handgelenk angebrachten Geräts werden Sie mit der Notrufzentrale verbunden, die auch ohne Telefon mit Ihnen kommunizieren kann. Je nach Situation werden dann entweder Verwandte oder Bekannte kontaktiert oder der Rettungsdienst gerufen. Dies geschieht auch automatisch dann, wenn der/die Mitarbeiter:in vom Anbieter keine Rückmeldung von Ihnen bekommt. Da der Hausnotruf ein anerkanntes Hilfsmittel der Pflegekasse ist, besteht unter bestimmten Voraussetzungen die Möglichkeit zur Bezuschussung.

Häusliche Pflege

Sie benötigen medizinische Unterstützung, zum Beispiel beim

An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen, Ihren Insulinspritzen, Wundversorgung oder der Einnahme von Medikamenten? Hier helfen ambulante Pflegedienste weiter, denn die Fachkräfte helfen Ihnen sowohl im Rahmen der Grundpflege als auch der medizinischen Behandlungspflege. Diese wird vom Arzt verordnet, z.B. auch kurzzeitig nach einem Unfall, und stellt die medizinische Versorgung sicher. Die Grundpflege hingegen dient nicht nur der Körperpflege, Mobilität und Ernährung, auch die Förderung von Alltagsfähigkeiten und Kommunikation gehört dazu, damit vor allem Alleinstehende so lang wie möglich eigenständig leben können. Die häusliche Krankenpflege bekommen Sie sozusagen auf Rezept bzw. durch Ihren Pflegegrad. Infor zu den Möglichkeiten erhalten Sie zum Beispiel bei der Pflegekasse, Pflegediensten sowie Sozialverbänden und Pflegeberatungsstellen. (hs)

„AUFFRODERUNG ZUM TANZE“

Kammermusik auf Haus Opherdicke

Donnerstag, 17. März, startet um 20 Uhr das erste Konzert mit dem Effonia-Quintett und dem Programm „AUFFRODERUNG ZUM TANZE“ auf Haus Opherdicke in Holzwickede.

auch das Tanzbein schwingen, vermag man den Stücken sofort anzumerken. Seine Tanzfolgen sind heiter und zugleich volkstümlich gestimmt.

Der auf der Insel Fünen aufgewachsene dänische Carl Nielsen (1865-1931) kam durch sein Geigenspiel bereits in seiner frühen Kindheit mit der Volksmusik seines Landes in Berührung. So verwundert es nicht, dass sich traditionelle, folkloristische Melodien in seinem gesamten Werk wiederfinden.

Das Ensemble der Neuen Philharmonie Westfalen wird Sie mit Kompositionen von Ferenc Farkas, Antonin Dvorak, Malcolm Arnold und Carl Nielsen begeistern.

Ferenc Farkas (1905-2000) entführt Sie in eine fernere Zeit. Seine Tänze sind inspiriert von alter ungarischer Tanzmusik und Liedern. Er sammelte Melodien aus dem 17. Jahrhundert und arrangierte diese 1953 für die Quintettformation.

Malcolm Arnold (1921-2006) komponierte Three Shanties – basierend auf Seemannsliedern und wie ausgelassen die Seeleute feiern konnten und dabei natürlich

Der Kreis Unna veranstaltet regelmäßig Konzerte im MUSEUM HAUS OPPERDITCKE



Dorfstraße 29 | 59439 Holzwickede

Die nächsten Termine für 2022:

Kammermusik

- Donnerstag | 17.03.2022 | 20.00 Uhr
Ensemble der Neuen Philharmonie Westfalen im Spiegelsaal des Hauses Opherdicke
 Werke von Ferenc Farkas | Antonin Dvorak | Malcolm Arnold | Carl Nielsen

WeltMusik MusikWelt 2022

- Donnerstag | 28.04.2022 | 20.00 Uhr
Konzert des Lydie Auvray Trio mit der „Mon Voyage“-Tour in der Scheune des Hauses Opherdicke
 Lydie Auvray – Akkordeon, Gesang
 Eckes Malz - Piano, Percussion, Gesang
 Markus Tiedemann – Gitarren, Bass, Gesang

Konzertbeginn jeweils 20 Uhr | Einlass 19.00 Uhr | Eintritt 15 € zuzüglich 1€ Ticketgebühr, zuzüglich 7% Vorverkaufsgebühr | RUHR. TOPCARD 50% Ermäßigung auf den Eintrittspreis.

Tickets können online über unseren Webshop <https://ticketservice.kreis-unna.de/> reserviert werden.

Sollten Sie Hilfe benötigen, können Sie uns gerne unter Fon 02303 271741 (Chantal Gosens) sowie Fon 02303 272541 (Heinz Kytzia) kontaktieren.

Weitere Infos unter www.kreis-unna.de/haus-opherdicke

Kick für die Karriere

Tipps für eine erfolgreiche berufliche Neuorientierung

Eine neue Herausforderung in einem tollen Team?

WIR SUCHEN



Köche/Jungköche/Beiköche (m/w/d)
für die **Gemeinschaftsverpflegung**
in Unna und Bönen

für das **Event-Catering** im Kreis Unna und Umgebung

Wir bieten einen interessanten Job bei guter Bezahlung und zusätzlichem Urlaub.

Bewerbung telefonisch oder per WhatsApp unter **0152 09011579** oder per Email: **info@party-men.de**

WIR SUCHEN DICH!



Du hast Lust auf einen tollen Nebenjob am Wochenende und in der Woche. Dann bist Du bei uns genau richtig. Unterstütze uns bei abwechslungsreichen Veranstaltungen als

Servicekraft (m/w/d) als Aushilfe
in Dortmund, Unna, Hamm, Kamen

Wir bieten einen interessanten Job für Schüler, Azubis, Studenten und Rentner in einem tollen Team bei flexiblen Arbeitszeiten und guter Bezahlung.

Melde Dich telefonisch oder per WhatsApp unter **0152 09011579** oder per Email: **info@party-men.de**

Eine neue Stufe auf der Karriereleiter nehmen, einen anderen Bereich innerhalb des Unternehmens kennenlernen oder sich komplett umorientieren. Wer sich beruflich neue Ziele setzen möchte, sollte genau wissen, was einem wichtig ist und wo die eigenen Stärken liegen.

Fähigkeitstests oder Kompetenzanalysen im Internet und bei Institutionen wie der Agentur für Arbeit können helfen, Interessen und Kompetenzen herauszufinden. Gespräche im Freundeskreis oder mit Kolleginnen und Kollegen tragen dazu bei, die eigene Wahrnehmung zu reflektieren und erreichbare Ziele zu definieren.

Schritt für Schritt weiterkommen

Mindestens ebenso wichtig wie ein klares Ziel ist ein detaillierter Plan für den Weg dorthin. Die „Getting things done“-Methode beispielsweise unterstützt in fünf Schritten – erfassen, durcharbeiten, organi-



Foto: djd/adeccoagroup.de/Bruce Mars

sieren, durchsehen und handeln – dabei, Teilaufgaben, Termine und Gedanken zu strukturieren und den eigenen Zielen stetig näher zu kommen. Hilfreich ist auch die sogenannte WOOP-Methode. Über die Definition eines Wunsches (Wish), die Vorstellung eines Ergebnisses (Outcome) und die Benennung konkreter Hindernisse (Obstacles) lässt sich ein Plan im „Wenn-Dann-Schema“ formulieren. Bei allen Ansätzen gilt: Kleine Erfolge motivieren und stärken das Durchhaltevermögen, daher sollten auch Zwischenziele eingeplant werden. Eine kleine Notiz zur täglichen Aktivität schafft zusätzliche Verbindlichkeit und verdeutlicht das bisher Erreichte.

Kompetenzen gezielt weiterentwickeln

Das kontinuierliche Erlernen von Fähigkeiten und Kompetenzen wird immer wichtiger. Laut aktueller „Resetting Normal“-Studie der Adecco Group etwa sind zwei von drei Angestellten davon überzeugt, dass sie sich neue Fertigkeiten aneignen müssen, um in den nächsten Jahren erwerbsfähig zu bleiben. Weiterqualifizierungen können die Verhandlungsposition bei Beförderungen oder bei der Suche einer neuen Stelle stärken. Neben unternehmens-internen Angeboten lassen sich über die Suchmaschine des Deutschen Bildungsservers beispielsweise passende externe Kurse finden. Durch die Corona-Pandemie werden viele Veranstaltungen derzeit hauptsächlich in digitaler Form abgehalten – das erleichtert es, die Fortbildung in den Alltag zu integrieren.

Persönliches Netzwerk professionell ausbauen

Hilfreich ist es auch, sich über Plattformen wie LinkedIn oder Xing frühzeitig ein Netzwerk aus ehemaligen Kolleginnen und Kollegen sowie potenziellen Arbeitgebern aufzubauen und diese Kontakte regelmäßig zu pflegen. Wer sich professionell präsentiert und aktiv am Austausch in der eigenen Branche teilnimmt, kann mögliche Arbeitgeber aufs eigene Profil aufmerksam machen. (djd)

Wir stellen ein **Geräteleiter (m/w/d) im Brunnenbau**
Mitarbeiter (m/w/d) im Tiefbau
FS C1E/CE von Vorteil

Wir bilden aus und lernen an. Haben Sie Mut. Beschreiten Sie neue Wege. Rufen Sie uns an.

buero@stuckmann-brunnenbau.de
www.stuckmann-brunnenbau.de
Tel.: 0 29 22 / 53 22
0178 / 2989501

stuckmann GMBH
Erdwärmepumpen
Lohbrede 2 • 59497 Werl

Frisch in den Frühlingrollen

So lassen sich die Winterspuren am Auto beseitigen



Foto: djd/Kfzgewerbe/Timo Volz

Viele Menschen kennen das: Die Natur erblüht von Neuem, doch man selbst scheint verspätet in eine Winterlethargie zu verfallen. Das ist die sogenannte Frühjahrsmüdigkeit. Ähnliches kennt auch das Automobil. Nach den kalten, nassen Wintermonaten treten am Kraftfahrzeug Ermüdungerscheinungen auf. Genauso wie viele ihrer Halter benötigt es eine Frischekur.

Beim nächsten Besuch in der Waschstraße sollte es mal nicht das Sparprogramm sein, sondern besser die Rundumpflege inklusive Vorwäsche, Unterbodenwäsche und -versiegelung, Felgenreinigung sowie Heißwachs. Und auch der Innenraum verträgt einen gründlichen Frühjahrsputz mit Staubsauger, Scheibenreiner und Kunststoffpflege.

Frühlings-Check

Um die Technik kümmert sich am besten die Kfz-Meisterwerkstatt im Rahmen eines Frühjahrs-Checks. Auf der Hebebühne erkennt der Fachmann sofort, wie der Wagen den Winter überstanden hat. Unterboden und Auspuff, Stoßdämpfer und Bremsen werden unter die Lupe genommen, auch den Zustand der Reifen kann man in luftiger Höhe optimal untersuchen. So können die Profis rechtzeitig bevor im April dann der Wechsel auf die Sommerreifen ansteht überprü-

nachgefüllt werden sollten. Die Kfz-Mechatroniker untersuchen zudem Batterie, Elektrik und Lampen. Den optischen Zustand der Fahrzeughülle bringt das helle Werkstattlicht ungeschönt an den Tag. So lassen sich Steinschläge im Lack erkennen und per Smart-Repair oder mit Politur ausbügeln. Auch Kratzer oder Risse in der Windschutzscheibe macht es sichtbar, um sie gleich reparieren zu können.

Unangenehme Gerüche eliminieren

Zum Abschluss fehlt nur noch der Geruchstest: Unangenehme Gerüche aus der Klimaanlage können von einem schlecht gewarteten Filter herrühren. Besserung und ein gutes Klima im Fahrzeug verspricht hier ein Filtertausch oder eine gründliche Desinfektion der Lüftungskanäle. (dzi/djd)

fen, ob neue Pneu angeschafft werden sollten oder die Alten noch eine Saison vor sich haben.

Komponenten auf Herz und Nieren prüfen

Beim Blick unter die Motorhaube zeigt sich zudem, ob die Flüssigkeitsstände noch in Ordnung sind und wo sie gewechselt oder

PASSEN WIR ZUSAMMEN?

Die PVS Westfalen-Süd ist ein modernes und zukunftsorientiertes Dienstleistungsunternehmen, das sich zur Aufgabe gemacht hat, seine Kunden durch regionale Nähe, persönliche Betreuung und hohe Fachkompetenz im Praxisalltag zu entlasten.

Wir suchen zum Ausbildungsbeginn am 01. August 2022 wieder Auszubildende als **Kauffrau/-mann für Büromanagement (m/w/d)**.

Als Auszubildende/r unseres Unternehmens durchläufst du alle Abteilungen, erhältst einen Einblick in unsere Arbeitsweise und eignest dir ein umfassendes Know-how im kaufmännischen Bereich an.

Wir erwarten:

- Fach-/Abitur, bzw. Abschluss höherer Handelsschule
- Grundkenntnisse in Microsoft Office Produkten
- guten sprachlichen und schriftlichen Ausdruck
- Flexibilität und Teamfähigkeit

Wir bieten:

- ein dynamisches Team
- flexible Arbeitszeiten in Gleitzeit
- abwechslungsreiche Ausbildungsinhalte
- bei fachlicher Eignung und Bedarf gute Übernahmechancen

Wenn du Teil unseres Teams werden möchtest, freuen wir uns auf deine Bewerbung per Post oder online über das Bewerbungsformular auf unserer Karriereseite unter: <https://www.pvs-westfalen.de/karriere-bei-der-pvs/>

Privatärztliche
Verrechnungsstelle
Westfalen-Süd rKv
Jana Rousek
Heinrich-Hertz-Str. 4
59423 Unna



fahrtwind

BEWEGUNGS KÜNSTLER

Sie haben Ihr Ziel. Wir finden den Weg.

www.fahrtwind-online.de

R VKU KREIS



Initiator Matthias Pauge (r.) mit den Genesungsbegleitenden Christina Naber, Frank Wiebke und Thomas Winkler. Foto (LWL/Herstell):

Psychose, Depression, Sucht

LWL-Klinik lädt zu Gesprächsabenden

In der LWL-Klinik Dortmund sollen Betroffene, Angehörige und Behandelnde miteinander auf Augenhöhe ins Gespräch kommen. Das bedeutet der Begriff „Trialog“ – und genau dazu lädt die Klinik von März bis September ein.

Am Dienstag, 8. März, lautet das Thema „Was unterschreibe ich eigentlich alles, wenn ich in die Psychiatrie gehe und warum?“. Am Dienstag, 15. März, geht es um Medikamentöse Therapien bei Depressionen und Angst. Beim Trialog zum Schwerpunkt Sucht gibt es am Dienstag, 22. März, Antworten auf die Frage „Welche therapeutischen und medikamentösen Verfahren gibt es?“.

„An diesen Abenden geht es nicht vorrangig um Infos, die wir geben, sondern um das Gespräch, den Austausch miteinander, um das Erfahrungen teilen“, sagt Pflege-Entwickler Matthias Pauge. Zu Wort kommen neben den Gästen auch Expert:innen sowie Genesungsbegleitende der LWL-Klinik Dortmund.

Die Trialoge finden jeweils ab 18 Uhr zu Themen aus den Bereichen Depression, Psychose und Sucht statt. Veranstaltungsort ist die Auferstehungskirche auf dem Klinikgelände, der Eintritt ist frei, es gilt die 2Gplus-Regel. Eine Anmeldung ist erforderlich, E-Mail: matthias.pauge@lwl.org oder Tel. 0231/45032312.

Spaß für die Kleinen

Das Kindertheaterprogramm im ersten Halbjahr 2022



Foto: Theater Tom Teuer

Die Kindertheaterreihe für die jüngsten Unnaer darf auch 2022 nicht fehlen. Der aktuelle gelbe Flyer liegt an einigen Stellen in der Stadt sowie in Kindergärten aus oder kann bei der Kreisstadt Unna im Bereich Kultur angefordert werden. Außerdem steht er auf der Stadt-Homepage zum Download bereit.

Insgesamt finden vier Aufführungen in der Stadthalle Unna statt, die jeweils maximal eine Stunde dauern und für Menschen ab vier Jahren geeignet sind. Es gilt die aktuelle Coronaschutzverordnung. Zwecks Nachverfolgung von Infektionsketten werden die Kontaktdaten aller Zuschauenden erfasst. Alle Zuschauenden, auch Kinder unter der empfohlenen Altersgrenze, benötigen eine Eintrittskarte.

Die Tickets kosten 5 Euro für Kinder und Erwachsene und sind unter www.kultur-in-unna.de buchbar oder im i-Punkt im zib erhältlich. Info und Anmeldung: Kreisstadt Unna, zib, Bereich Kultur, Angelika Becker, Lindenplatz 1, 59423 Unna, Tel. 02303/103-722. Es gibt keine Tageskasse vor Ort.

Das Stück im März

Gestartet ist die Reihe im Februar mit dem Stück „Freunde“ vom Theater „Hille Puppille“ aus Dülmen. Weiter geht's am Dienstag, 22. März, um 15 Uhr. Dann spielt das Theater Tom Teuer aus Duisburg das Märchen „Hans im Glück“ – über das Besitzen, das Tauschen, das Loslassen und die Liebe zur Mutter – akkordeonbeschwingt. Ein Vergnügen in fünf Bildern aus sechs Strohhallen, mit einem Paar Gummistiefel, zwei Sonnenblumen und einer dreizackigen Mistgabel.

Hans hat sieben Jahre bei seinem Herrn gedient, als Lohn erhält er einen Klumpen Gold. Fröhlich pfeifend, ein Bein vor das andere setzend, macht Hans sich auf zu seiner Mutter. Der Weg ist weit und der Klumpen schwer, so schwer, dass Hans am Ende seiner Kräfte ist.

Im duftenden Stroh trifft Hans einen reitenden Rappen mit seinem rappenden Reiter, einen meckernden Hirten mit seiner störrischen Kuh, den Koch mit seinem tanzenden Schwein, eine schnatternde Magd mit ihrer singenden Gans und den unsichtbaren Scheinenschleifer.

GESUCHT Wanted

Wir brauchen Verstärkung und suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine(n)

Medienberater (m/w/d)

Ihre Aufgaben:

- Telefonische und persönliche Akquise von Anzeigenaufträgen inklusive Kundenbetreuung für unsere Printprodukte
- Verkauf und Beratung sowie Aufbau und Pflege eines Kundenstammes
- Eigenverantwortliches Arbeiten und Handeln

Unsere Anforderungen:

- Sie haben nach Möglichkeit Erfahrung im Verkauf und sind kontakt- und kommunikationsfreudig
- Sie arbeiten selbstständig und können Kunden durch Ihr professionelles Auftreten überzeugen
- Sie sind zuverlässig, zielstrebig und ausdauernd

Ihre aussagekräftige Bewerbung richten

Sie bitte an: info@fkwwerlag.com



Delecker Weg 33
59519 Möhnesee-Wippringsen
Telefon 02924 87970-0

Bestattungen Geißler
Mit uns den Abschied gestalten

Kamener Straße 28
59425 Unna
MEHRERFAHREN 0 23 03 / 94 24 994
24 Stunden für Sie erreichbar
www.bestattungen-geissler.de

Rüdiger Geißler

Rolf kauft
Wohnwagen/Wohnmobile
auch renov.-bedürftig, ohne TÜV
Tel. 0221/2 76 96 12 oder
0177/5 08 82 42 auch Sa./So. Rolf

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Telefon: 03944-36160
www.wm-aw.de Fa.



WEITERBILDUNG UND QUALIFIZIERUNG

Gute Qualifizierung ermöglicht gute Beschäftigung!
Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir unterstützen Sie gerne.

Melden Sie sich unter 02303 2538-2222.

Weitere Informationen unter:
www.jobcenter-kreis-unna.de

