



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 Altgold,
Zubehör für Sammler



Team
Zahn-S-thetik GmbH

Über 30 Jahre
Teschner + Team



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

www.zahntechnik-unna.de

CAVALLUNA

PASSION FOR HORSES



EUROPAS BELIEBTESTE
PFERDESHOW
IST ZURÜCK!



GEHEIMNIS DER EWIGKEIT

12. - 13.11.22 Oberhausen
17. - 18.12.22 Dortmund

Tickets unter:
www.cavalluna.com



Fordern
Sie uns!



Kompetente
Beratung durch 30 Jahre vielseitige
Erfahrung!

DENNINGHOFF
Immobilien

Hauptstr. 1 · 59439 Holzwickede
Tel.: 02301-14214 · Mobil 01715211622



www.lol.comedy.de

...natürlich
BERGKAMEN

 **magenta**
ARTISTS
www.magenta-artists.de

JETZT AUCH IN BERGKAMEN!
25.11.2022

Neuer Veranstaltungsraum im
Stadtmuseum

<https://tickets.bergkamen.de>
02307 / 965 464

Kamen Kamer Winterwelt	11
Fröndenberg "Ironman" Christoph Hussmann	17
Senioren Sicher unterwegs im Herbst	20
Termine Veranstaltungen in der Region	28



Story des Monats
Seite 4
Stiftung Kinderglück



Kreis Unna
Seite 8
Weihnachtsmärkte



Bergkamen
Seite 12
Kulturhighlights November

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
Frank H.G. 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 einge-
sandte Manuskripte oder Fotos. Der Abdruck
von Veranstaltungshinweisen ist kostenlos.
Abdruck und Vervielfältigung redaktioneller
Beiträge und Anzeigen bedürfen der aus-
drücklichen Zustimmung des Verlages.

Titelbild: © CAVALLUNA

Liebe Leserinnen und Leser,

sind Sie auch schon ein wenig in festlicher Stimmung? Nachdem uns der Herbst noch mit sonnigem Wetter, bunt gefärbten Blättern, Kürbissen und spätsommerlichen Temperaturen verwöhnt hat, steht nun die dunkle Jahreszeit bevor. Natürlich ist der November eher ein stiller Monat mit vielen Gedenktagen, aber auch dem ersten Advent.

Deswegen finden Sie in dieser Ausgabe eine Übersicht, in welchen Orten im Kreis Sie sich auf Weihnachtsmärkten und Basaren in vorweihnachtliche Stimmung bringen können. Unna macht dabei schon Mitte des Monats den festlichen Auftakt. Die (Vor-)Weihnachtszeit ist die Zeit, in der Menschen wieder näher zusammenrücken und

gerne für tolle Projekte spenden, die sich für Menschen einsetzen, denen es nicht so gut geht, wie einem selbst. Genau solche Projekte setzt die Stiftung Kinderglück aus Holzwickede um. Für die ORTSZEIT Grund genug, für unsere Story des Monats einmal hinter die Kulissen zu schauen und Ihnen zu zeigen, auf welche vielfältige Weise die Stiftung bedürftige Kinder im Kreis Unna unterstützt.

Außerdem stellen wir Ihnen einen wirklich „stahlharten“ Mann vor: Christoph Hussmann aus Fröndenberg hat in diesem Jahr beim härtesten Triathlon der Welt, dem „Ironman“ auf Hawaii, teilgenommen. Was er dort alles erlebt und wie er abgeschnitten hat, verraten wir Ihnen in dieser Ausgabe.

Und Natürlich soll auch unser beliebter Leser-Service nicht zu kurz kommen. Lassen Sie sich anlässlich der stillen Feiertage für den passenden Grabes schmuck inspirieren und erfahren Sie, welche Gartenarbeiten jetzt noch vor der Winterpause anstehen. Zudem widmen wir uns der Zeitarbeit und erklären wer von dieser Beschäftigungsart besonders profitieren kann. Passend zur kalten Jahreszeit haben wir auch Tipps für Senioren, damit diese gut und sicher unterwegs sind. Und Fußballfans finden in der Heftmitte den Spielplan der etwas anderen Fußball Weltmeisterschaft in Katar.

Einen schönen November wünscht das Team der ORTSZEIT

HOF LIGGES
ALLES GUTE VOM HOF
ab Sonntag, dem 13. November
Weihnachten auf unserem Hof



Aus unserer weihnachtlichen Kürbisküche

13.11. 11.00 bis 15.30 Uhr
Team Hof Ligges

16.11. 15 bis 18 Uhr
Emily Gorden, Konditormeisterin

19.11. 11.30 bis 15 Uhr
Team Landfrauen, (4) Mahl

Afferder Straße 1 • Kamen • Tel. 0 23 07- 388 96 • E-Mail: info@hof-ligges.de

BÖHMER

& Immobilien



 Mitglied in

IHR AKTIVER PARTNER

rund um das Thema
IMMOBILIEN
 Beratung für
 Senioren

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



„Wir helfen jeden Tag Kindern“

Stiftung Kinderglück: Ein großes Herz für kleine Menschen

Eine eigene Halle in Holzwickede, viele fantastische Projekte zur Förderung und Unterstützung von Kindern, zahlreiche helfende Hände: In Zeiten stetig steigender Kinderarmut gründete Bernd Krispin 2006 zunächst einen Verein, seit 2019 setzen seine Frau Susanne und er die Herzensprojekte als Stiftung um. Wir möchten Ihnen die Projekte und Menschen dahinter etwas näher vorstellen.

Herzstück der Stiftung Kinderglück ist die Kinderglück-Halle an der Gottlieb-Daimler-Straße im Holzwickeder Eco Port. Hier finden viele Veranstaltungen und Aktionen statt, die entweder unmittelbar oder im Hintergrund Kindern zugutekommen. Zur letzteren Kategorie zählt das kleinste Projekt der Stiftung, die „Kuschelkissen“. Bei regelmäßigen Näh-Events in der Halle entstehen seit nunmehr rund sieben Jahren farbenfrohe, kleine Kissen aus zertifiziertem Material. Der Grund: Sie landen bei kranken Kindern in Kliniken und Hospizen, sogar die Charité in Berlin hat bereits bei der Stiftung angefragt. Bei den Näh-Partys kommen regelmäßig an die 50 Leute zusammen und so entstehen bis zu 500 Kissen in nur einem Monat. Rund 10.000 Euro im Jahr kommen allein an Materialkosten zusammen.

Hilfe für Erstklässler
Kommen wir im Vergleich zum größten Projekt, das sicherlich auch das bekannteste der Stiftung ist: die Schulranzen. Zum Schuljahr 2022/23 haben die Krispins mit ihrer Stiftung bedürftigen Kindern mehr als 3.500 Tornister zukommen lassen. Und bei diesen handelt es sich nicht etwa um gebrauchte, sondern um hochwertige Neuware, die nicht nur die Rücken der Kleinen schont, sondern auch die Grundschulzeit problemlos durchhält. „Wir sind mit allen Schulen der Region verbunden“, erklärt Bernd



Foto: Stiftung Kinderglück

Krispin, „Kinderglück“-Gründer und 1. Vorsitzender. Dass die Stiftung so viele Kinder ausstatten kann, verdankt er auch guten Kooperationen. So kann er die Ranzen mit allem Drum und Dran, die im Geschäft für rund 250 Euro über die Ladentheke gehen, dank Sponsoring für um die 60 Euro kaufen. Kopfzerbrechen bereitet ihm jedoch die aktuelle Preisentwicklung und er muss befürchten, dass die Stiftung 2023 vielleicht nicht mehr so vielen Kindern zum Tornister verhelpen kann und somit mancher Erstklässler womöglich am Einschulungstag mit einer Plastiktüte in die Schule kommt.

Sachleistungen statt Geld
Bevor die Ranzen verteilt werden, verwandelt sich die Kinderglück-Halle in einen riesigen Lagerraum, in dem sich unzählige Kartons stapeln. Am 2. Juni verteilten 25 Ehrenamtliche dann die Tornister an knapp 200 Antragsstellende aus sozialen und städtischen Einrichtungen. Der Kern der Stiftungs-Arbeit besteht nämlich in Diskretion. „Wer denkt, hier als Ehrenamtler regelmäßig in dankbare Kindergesichter zu schauen,



Foto: F.K.W. Verlag

der irt“, so Krispin. Der größte Teil der Projekte läuft für diejenigen, die davon profitieren, dezent im Hintergrund ab. Die Kissen werden zum Beispiel von den Krankenschwestern an die Kinder gegeben, die Schulranzen über die Einrichtungen weiterverteilt. Zudem unterstützt die Stiftung ausschließlich mittels Sachleistungen. Krispin: „Wir geben keinen Cent aus der Hand.“

Oberstes Gebot: Transparenz
Dass seine Stiftung offenlegt, wie die Gelder eingesetzt werden, ist für Bernd Krispin immens wichtig. „Wer weiß, wofür er genau spendet, ist ein glücklicher Spen-

der“, erklärt er. Transparenz bei allen Projekten steht für ihn an oberster Stelle. Und der Erfolg gibt ihm Recht, denn dank vieler Unterstützer:innen – sowohl im Ehrenamt als auch finanziell – hat sich die Stiftung einen hervorragenden Ruf weit über den Raum Dortmund/Unna hinaus erarbeitet. Dies wissen auch die Kooperationspartner zu schätzen, wie zum Beispiel die Krankenkasse AOK Nordwest, die das Programm KiTaletics, das vom Bundesministerium für Gesundheit ausgezeichnet wurde, zertifiziert hat. Hierbei handelt es sich um ein Präventionsprojekt für Kindergartenkinder, das in Kursen oder Workshops unter spielerischer Anleitung ausgebildeter



Foto: Stiftung Kinderglück



Foto: Stiftung Kinderglück

Trainer:innen Bewegung und Entspannung fördert zugleich das pädagogische Fachpersonal vor Ort für die Durchführung von Bewegungsangeboten qualifiziert.

Emotionale Ferienfreizeiten
Zu den Projekten, die direkt mit Kindern zu tun haben, zählen auch die Ferienfreizeiten auf einer Finca auf Mallorca. Hier können Kinder und Jugendliche zwischen Mai und November eine Auszeit vom Alltag erleben. „Wir haben hier zum Beispiel Wohngruppen, die mit ihren Betreuern anreisen, chronisch Kranke, Kinder mit geistigen Behinderungen wie Down-Syndrom, aber auch Gruppen mit Geschwistern von Hospiz-Kids, die hier ein Wochenende verbringen“, erläutert Krispin. Er selbst sei zu Beginn auch noch mit auf die Baleareninsel gereist: „Das waren viele tolle und sehr emotionale Erfahrungen. Vor allem Kinder in Wohngruppen haben schon viel mitgemacht, da dauert es schon, bis das Eis bricht. Und die Abschiede sind wirklich sehr hart“, erinnert sich Krispin. Mittlerweile schätzt er den Abstand – eine Belohnung durch leuchtende Kinderaugen braucht er nicht. Die knapp 250 ehrenamtlichen Helfer:innen, die ihn und seine

Frau stets so tatkräftig unterstützen, freuen sich über jede bei gemeinsamen Aktionen vorgelesene Dankes-Mail oder werden zwischendurch zu einer Team-Party eingeladen. „Wir sind eine große ‚Kinderglück-Familie‘“, freut sich Krispin, „wir müssen nicht versuchen, Zusammenhalt zu schaffen. Der ist schon längst da!“ Rund zehn Anträge für die laufenden Projekte bekommen sie am Tag: für Freizeiten und Ferien, Sportangebote, Fahrräder oder kulturelle Angebote. Finanziert werden all diese Aktionen ausschließlich über Spenden und davon kann es nie genug geben, um noch mehr Gutes zu tun.

Halle hilft beim Netzwerken
Bernd Krispins Stiftung nutzt deswegen auch seine Halle, um weitere Einkünfte zu generieren. Unter der Woche kann diese nämlich für Business-Events und Messen genutzt werden – Privatfeiern sind hier nicht möglich, auch deshalb, weil die Halle am Wochenende zum Beispiel für Theaterprojekte, Konzerte oder wie im Sommer für einen Gesundheitstag genutzt wird. Bei diesem kamen übrigens rund 400 Kinder in den „Bewegungstempel“, um sich richtig auszutoben. Zur Aus-



Foto: F.K.W. Verlag



Foto: F.K.W. Verlag

stattung der Halle gehört ein vollwertiger Tresen – ebenfalls eine Spende. Das gesamte Innenleben der Halle wurde ehrenamtlich ausgebaut. Gewinne möchte die Stiftung nicht erzielen, vielmehr geht es Krispin um Kontaktpflege und ums Netzwerken. „Durch die Events lernen uns wieder neue Leute und somit potenzielle Förderer kennen“, so Krispin.

Lösungen finden
Das engagierte Stifter-Ehepaar arbeitet unermüdlich für die gute Sache. Bernd Krispin selbst ist stets auf Achse und hat tagsüber viele Termine, wie auch am Tag unseres Interviews: „Ein älteres Paar aus Holzwickede, das seine kirchliche Segnung feiert, wünscht sich Spenden statt Geschenke. Ich habe die beiden erst einmal in die Halle eingeladen, damit sie uns besser kennenlernen.“ Auch ein Brauerei-Vertreter kam zwischendurch vorbei, um mit einem der Stiftungs-Mitarbeiter die weitere Kooperation zu besprechen. Zu den vielen persönlichen Terminen kommt noch

die Büroarbeit, auch bei Susanne Krispin. „Meine Frau hat jeden Tag auch Privatpersonen am Apparat, die ihr ihre Sorgen und Nöte schildern“, erzählt Bernd Krispin. „Auch wenn wir solche Anfragen in der Regel ablehnen müssen, versuchen wir immer, Lösungen zu finden und irgendwie zu helfen.“ Die Stiftung unterstützt bedürftige Kinder in der Regel über andere gemeinnützige Einrichtungen sowie freie und öffentliche Träger wie zum Beispiel Wohlfahrtsverbände, Jugendämter, Schulen, Kitas und Vereine.

„Spenden kommen direkt an“
„Ich könnte ad hoc 20 Organisationen hier im Umkreis nennen, die man problemlos unterstützen kann“, sagt Krispin. Man kann aber auch gut die Stiftung Kinderglück fördern, die die Gelder dann durch ihre vielfältigen Projekte an entsprechende Organisationen weitergibt. Tatsächlich verfügt die Stiftung bereits über einen großen Pool an Ehrenamtlern, sodass Geldspenden der Sache am meisten dienlich sind. Dass viel Herzblut darin steckt, erkennt man, sobald man mit Bernd Krispin in Kontakt kommt. Quirilig, engagiert, informiert und stets auf der Suche nach neuen Optionen – immer zugunsten benachteiligter Kinder. „Wir leisten uns keinen teuren Verwaltungsapparat“, betont er. „Alle Spendengelder sollen bei den Kids ankommen. Und ich möchte auch, dass das in Zukunft so bleibt.“ Wenn Sie sich nun für die Stiftung und ihre Arbeit interessieren, sich informieren oder womöglich direkt spenden möchten, besuchen Sie die Stiftungs-Website www.stiftung-kinderglueck.de

Sie sind noch auf der Suche nach einem passenden Geschenk?

Schenken Sie doch einzigartige Stunden im Heinz-Hilpert-Theater Lünen!

Das Heinz-Hilpert-Theater bietet Ihnen die ganze Palette aller Sparten und Genres aus einem Programm mit nahezu 100 Veranstaltungen. Gute Sicht von allen Plätzen, eine hervorragende Akustik, ein liebevoll zusammengestelltes Programm und nicht zuletzt die meist kostenfreien Parkplätze direkt vor der Tür - all das erwartet die Besucher und Besucherinnen des Lünener Theaters.

Wir wär's zum Beispiel mit einer musikalischen Reise von Madrid nach Wien mit der Neuen Philharmonie Westfalen? Das **Neujahrskonzert** läutet traditionell das neue Jahr in Lünen ein und findet am 3. Januar statt. Auf die Komödie „**Das Pubertier**“ nach Jan Weiler können sich die Gäste am 10. Januar freuen. Eine Tanzshow der besonderen Art zu Musik von Elvis Presley über Madonna und Michael Jackson bis hin zu Lady Gaga, Usher und Rihanna können Sie am 14. Januar bei „**Don't stop the Music**“ erleben. Oder strapazieren Sie Ihre Lachmuskeln bei **Simone Solga** am 18. Januar! Ihr Programm „Ihr mich auch“ ist eine zwei Stunden lange Unabhängigkeitserklärung vom Land der Besserwisser, Untergangsprediger und Meisterheuchler. Regen Sie sich auf, schimpfen Sie, haben Sie Spaß oder geben Sie sich in der Pause am Tresen gleich die Kante.

Aber das Heinz-Hilpert-Theater hat noch viel mehr zu bieten:

Eine tragikomische Geschichte über die Jagd nach dem individuellen Glück erzählt „**FESTE**“, ein Märchen für Erwachsene ohne Worte der Theatergruppe **Familie Flöz**, am 27. Januar.

Nach „**Heiße Zeiten**“ und „**Höchste Zeit!**“ lässt „**Himmliche Zeiten**“ die vier Powerfrauen Angelika Mann, Patricia Hodell, Heike Jonca und Nini Stadlmann am 29. Januar erneut die Bühne stürmen. Denn das Leben endet ja nicht mit dem Happy End – und was wäre eine Trilogie ohne dritten Teil?

„**Alles ist erleuchtet**“ am 9. Februar erzählt eine aberwitzige Irrfahrt, die als unterhaltsames Roadmovie voller Missverständnisse und absurder Situationskomik beginnt und sich allmählich als Reise zu den grauenerregenden Verbrechen der Vergangenheit entpuppt.

Fans der Rockmusik febern sicher schon auf die gemeinsame Tournee von Jane, **Epitaph** und **Fargo** hin, die am 10. Februar im Heinz-Hilpert-Theater Halt macht. Aber Achtung: Für Jane-Fans wird die Tour die letzte Gelegenheit sein, ihre Idole auf der Bühne zu erleben, denn die Hannoveraner Formation verabschiedet sich

auf der Tour vom aktiven Konzertleben.

„**Once**“ erzählt am 12. Februar unpräzise, befreiend, ergreifend und humorvoll die Geschichte einer besonderen Verbindung zwischen zwei jungen Menschen. Über die Liebe zur Musik entsteht aus einer zufälligen Begegnung eine Freundschaft, die die Leben der zwei Unbekannten nachhaltig bereichern wird.

Und was geschieht, wenn ein Schauspieler und ein Musiker und Produzent einen ebenso witzigen wie geistreichen Bestseller von Bov Bjerg in die Hände bekommen? Der Text beflügelt die Fantasie der beiden und es entsteht etwas wunderbar Neues: „**Die Modernisierung meiner Mutter**“ am 21. Februar ist eine Komödie mit Untiefen nach dem gleichnamigen Bestseller von „Auerhaus“-Autor Bov Bjerg.

Freuen Sie sich außerdem am 24. Februar eine bemerkenswerte Nacht mit internationalen Gästen aus Artistik im Stile des Vaudeville-Theaters. Nach umjubelter und ausverkaufter Premiere in der Bar jeder Vernunft treibt es das „**Hotel Gl'Amouresque**“ jetzt raus aus Berlin um das „**Babylon**“ Deutschlands in die Welt tragen.

Die moderne Hiobsgeschichte „**Adams Äpfel**“ am 2. März ist sowohl profundes Mysterienspiel als auch schwarze Komödie über den schmalen Grat zwischen Glauben und Fanatismus, über die Macht der Selbsttäuschung und nicht zuletzt über die Erlösung durch Apfelkuchen.

Keine passende Veranstaltung dabei? Kein Problem! Unter www.luenen.de/theater finden Sie noch viele weitere Veranstaltungen es bleibt die (angenehme) Qual der Wahl! Oder Sie buchen einfach einen Theater-Gutschein und die Beschenkten können sich selbst eine Veranstaltung ganz nach ihrem Geschmack aussuchen. Der Theater-Gutschein ist für alle Veranstaltungen im Heinz-Hilpert-Theater gültig (eine Ausnahme bilden Veranstaltungen, bei denen der Ticketverkauf nicht über das Kulturbüro Lünen läuft) und kann in beliebiger Höhe direkt beim Kulturbüro Lünen bestellt werden.

Weitere Informationen und Tickets beim Kulturbüro Lünen, Kurt-Schumacher-Str. 41, 44532 Lünen, Telefon 02306 104-2299, E-Mail kulturbuero@luenen.de.

Wir seh'n uns! Im Heinz-Hilpert-Theater!



Foto: Archiv F.K.W. Verlag

Alle Jahre wieder... Willkommen im Advent in Unna

Weihnachten kommt ja immer schneller als man denkt und wir freuen uns, auf den Weihnachtsmarkt Unna, der am Montag, 14. November, eröffnet wird.

Bevor es jedoch festlich wird, kommen vom 28. Oktober bis 1. November noch große und kleine Kirmesfans auf ihre Kosten. Denn dann findet die Unnaer Katharinenkirmes statt, die mit ihrem Gesamtprogramm für jeden Geschmack etwas bereithält.

Während sich die Karussells in der Innenstadt drehen, wird auch bereits mit dem Aufbau der Weihnachtsbeleuchtung begonnen. Auch wenn diese vom Gesetzgeber ausgenommen ist, wird auch der Weihnachtsmarkt Unna seinen Beitrag leisten und sich der aktuellen Herausforderung zur Energieeinsparung stellen. Das heißt für den

Weihnachtsmarkt Unna, dass die Leuchtzeiten und das Volumen der Weihnachtsbeleuchtung reduziert werden. Die hängende Beleuchtung über dem Weihnachtsmarkt wird in der Leuchtzeit reduziert und die Sterne an den Laternen werden so reduziert, dass nur die Nebenstraßen beleuchtet werden.

Zudem werden die Weihnachtsmarktbesucher ihre Außenbeleuchtung später einschalten, sodass auch hier die Leuchtzeiten deutlich reduziert werden. Ausgenommen sind Kinderfahrgeschäfte.

Der Strombedarf der Dekorationsillumination wird dadurch um rund 50 Prozent gesenkt, sodass die die Zielvorgabe der Bundesregierung (Sparquote von 20 Prozent) in Summe aller kleinen Einschränkungen mehr als verdoppelt erreicht.

la Venezia
italienisches Eiscafé
Winterprogramm:
Hausgemachte italienische
Eiswaren aus Markt,
warmer Apfelstrudel, Coppa, Waffeln
Probieren Sie uns,
wir schmecken gut...
Eiscafé La Venezia Massener Str.7
Rino Toppan 59423 Unna
Tel. 02303 9476339

Gemütlichkeit in Unna
Nichtdestotrotz wird der Weihnachtsmarkt in Unna auch in diesem Jahr für vorweihnachtliche Stimmung sorgen. Mit seiner gemütlichen Beleuchtung und seinem ausgewogenen Angebot an Leckereien und besonderen Geschenkideen, lädt der Weihnachtsmarkt bis zum 22. Dezember Groß und Klein zum Verweilen, Wohlfühlen, Bummeln und Stöbern ein. Täglich von 15 bis 17 Uhr können die kleinen Besucher auf aufregende und spannende Geschichten mit und rund ums Kasperle erleben und dabei noch etwas lernen. Denn er ist nicht mehr aus der Tradition des Weihnachtsmarktes wegzudenken: Jonni Krause. Bereits seit 1976 begeistert er die kleineren und größeren Kinder mit seinem Kasperltheater ab 22. November auf dem auf dem Weihnachtsmarkt.

Auf der Suche nach Geschenken wird man auf dem Unnaer Weihnachtsmarkt ganz bestimmt fündig. Rund 50 Händler bieten u.a. Allerlei aus Kunst, Handwerk,

Schmuck und Spielwaren. Auch für die „Leckermäulchen“ ist ausreichend gesorgt: ein großes Angebot an Imbiss, Süßwaren und Glühweinständen garantiert Ihr leibliches Wohl.

Das abwechslungsreiche mobile Rahmenprogramm sorgt zudem für eine angenehme und weihnachtliche Atmosphäre. Chorgesänge, Weihnachtslieder, Posauern und festliche Musik erfüllen die Straßen und hüllen die Unnaer Altstadt in einen weihnachtlichen Klangteppich. Aber auch die Stadthalle Unna und die Stadtkirchen bieten ein Weihnachtsprogramm für die ganze Familie. Ganz Unna ist in dieser Zeit wie verzaubert. Weitere Infos gibt's unter www.weihnachtsmarkt-unna.de.

Vom 23. Dezember bis 8. Januar 2023 sorgt der beliebte Unnaer Wintertreff auf dem Alten Markt wieder für gesellige Atmosphäre. Hier können Sie das Jahr inmitten von winterlichem Hüttenzauber gemütlich ausklingen lassen und sich vom Trubel rund um die Weihnachtstage erholen.

Schöne Bescherung!

Immer eine gute Idee:
Eintrittskarten für das Heinz-Hilpert-Theater Lünen!

Sie sind noch auf der Suche nach einem passenden Geschenk?
Schenken Sie doch einzigartige Stunden im Heinz-Hilpert-Theater!

- Di 3. Januar **Neujahrskonzert** von Madrid nach Wien mit der Neuen Philharmonie Westfalen
- Di 10. Januar **Das Pubertier** Komödie nach Jan Weiler
- Sa 14. Januar **Don't stop the Music** Tanzshow mit Musik von Elvis Presley über Madonna und Michael Jackson bis hin zu Lady Gaga, Usher und Rihanna
- Mi 18. Januar **Simone Solga** mit ihrem Programm „Ihr mich auch“
- Fr 27. Januar **FESTE** Maskentheater der Familie Flöz
- So 29. Januar **Himmliche Zeiten** die neue Revue mit Hits wie „Tainted Love“, „That's what friends are for“ uvm.
- Do 2. Februar **Conni - das Zirkus Musical** Mitmach-Musical von Marcell und Tiffany Gödde ab 9 Jahren
- Do 9. Februar **Alles ist erleuchtet** Schauspiel nach dem Roman von Jonathan Safran Foer
- Fr 10. Februar **Jane, Epitaph & Fargo** die drei Rockgruppen zusammen auf Tournee!
- So 12. Februar **ONCE** Musical nach dem gleichnamigen Film von John Carley
- Do 16. Februar **5. Lünener Lachnacht** Die Lehmann, Matthias Broadway, Lutz von Rosenberg, Egidinsky, Vera Deckers und Roberto Caplioni
- So 19. Februar **Servus Peter - Das Konzert** Großartige Hommage an Peter Alexander mit Peter Grimberg
- Di 21. Februar **Die Modernisierung meiner Mutter** Komödie mit Götz Schubert und Manuel Munzinger
- Fr 24. Februar **Hotel Gl'Amouresque** Sheila Wolf präsentiert „Die Gl'Amouresque“
- Do 2. März **Adams Äpfel** eine moderne Hiobsgeschichte
- Di 7. März **Der kleine Vampir** Kindertheater ab 6 Jahren

...und vieles mehr!



Informationen & Tickets
Kulturbüro Lünen, Tel. 02306 104-2299
www.luenen.de/theater

UNNA - hier ist was los...

28.10.-01.11.2022
KATHARINENKIRMES

14.11.-22.12.2022
WEIHNACHTSMARKT UNNA

ab 23.12.2022
UNNAER WINTERTREFF

www.unna-marketing.de

Lichterglanz und Leckereien

Diese Weihnachtsmärkte im Kreis heißen Sie willkommen!

Was freuen wir uns wieder auf den winterlichen Budenzauber, der uns viel Freude und glänzende Augen beschert. Glühwein, heißer Kakao, Lebkuchen... Wir haben Ihnen eine Übersicht der kleinen und großen Weihnachtsmärkte zusammengestellt.

Bergkamen

Gleich mehrere kleinere Weihnachtsmärkte erhellen hier die Adventszeit. Am Samstag, 26. November, können Sie sich ab 14 Uhr auf den Adventsmarkt Overberge freuen. Auf dem Gelände der Overberger Grundschule gibt's auch ein Bühnenprogramm. Ebenfalls am 26. November lädt die Vereinsgemeinschaft Weddinghofen zum Weihnachtsmarkt auf dem Parkplatz des Albert-Schweitzer-

Hauses ein. Eislauf-Fans aufgepasst! Beim Marina Winterzauber in Rünthe verbreitet eine 300 Quadratmeter große Synthetik-Eisbahn mit Weihnachtsbaum in der Mitte Stimmung. Reservierungen für die Bahn laufen künftig über eine Website, die Preise für Eislaufen oder Eisstockschießen sind wie im Vorjahr. Parallel zur Eröffnung am Samstag, 26. November, gibt's ein Konzert von Burning Heart im Pier 47. Die Bahn steht bis zum 8. Januar. Am 2. Adventswochenende, Freitag bis Samstag, 2. bis 4. Dezember findet wieder das Weihnachtsdorf auf der Oldtimer Remise/Gut Keimann in Rünthe statt. In Oberaden ist der Weihnachtsmarkt nach zwei Jahren endlich wieder am 3. Adventswochen-



Foto: Christian Schütt

de, Samstag und Sonntag, 10. und 11. Dezember, am Stadtmuseum zu finden. Die Weihnachtsmärkte in Bergkamen-Mitte und in Heil fallen aus.

Fröndenberg

Auf zum Christkindelmarkt! Dieser lädt nach zweijähriger Pause wieder traditionell am dritten Adventswochenende, vom 9. bis 11. Dezember, zum vorweihnachtlichen Bummel in die Fröndenberger Innenstadt ein.

Holzwickede

Nach zwei Jahren Pandemiepause freut man sich in „Howi“ wieder auf den Weihnachtsmarkt, der am 1. Adventswochenende, am Freitag, 25. November, 18 bis 21 Uhr, am Samstag, 26. November, 11 bis 21 Uhr und am Sonntag, 27. November, von 11 bis 18 Uhr auf dem Marktplatz stattfindet. Viele Vereine und Institutionen locken mit viel Selbstgemachtem und Spezialitäten in die Gemeinde.

Kamen

Der Startschuss für die Kamener Winterwelt fällt am Freitag, 25. November, um 17 Uhr in der Innenstadt. Zum Auftakt des beliebten Spektakels erfreut der Adventsmarkt mit üblichen Leckereien und Musik die Menschen. Geplant sind am ersten Adventswochenende (25.

bis 27.11.) zudem eine Modenschau sowie ein verkaufsoffener Sonntag. Ein Kletterwald ersetzt in diesem Jahr die Eisbahn. Rund um die Margarethenkirche findet in diesem Jahr endlich wieder der schnuckelige Weihnachtsmarkt Methler statt. Am Samstag und Sonntag, 10. und 11. Dezember, lädt die Dorfgemeinschaft Methler zum Budenzauber, an dem sich zahlreiche Vereine und Institutionen beteiligen.

Lünen

Am Donnerstag, 17. November öffnen in Lünen bereits die Buden, am Montag, 21. November fällt mit dem traditionellen Lebkuchenherz-Anschnitt der offizielle Startschuss für den Lünen Weihnachtsmarkt. Sie dürfen sich in diesem Jahr wieder auf liebevollere Highlights wie das Fackelschwimmen und den Nikolaus, der per Schiff in die Stadt kommt, freuen. Kreativstände in Hülle und Fülle machen am Samstag und Sonntag, 26. und 27. November, den Hansesaal auf zwei Etagen zum Mekka für Liebhabende von Floristik, Näh- und Strickarbeiten, Schmuck, Weihnachtskarten, Likören, Marmeladen u.v.m.. Der Weihnachtsbasar öffnet Samstag von 10 bis 18 Uhr und am Sonntag von 11 bis 17 Uhr, der Eintritt ist frei.



Foto: Unna Markeing

Schwerte

„Bürger für Bürger“: Der Weihnachtsmarkt auf dem Wuckenhof begeistert am Samstag und Sonntag, 26. und 27. November, die Besucher:innen mit seinem besonderen Flair. Nach zwei Jahren mit virtuellem Angebot freuen sich alle, nun wieder in Präsenz den Markt durchführen zu können. Geöffnet Samstag 11 bis 21 Uhr, Sonntag 11 bis 19 Uhr.

Selm

Zum Selmer Adventsmarkt lädt die



Foto: Stadtmarketing Werne

Stadt Selm vom Samstag, 25. November, bis Sonntag, 27. November 2022. Auch hier fiel die Traditionsveranstaltung in den letzten zwei Jahren aus, nun wird der schnuckelige Adventsmarkt wieder rund um die Friedenskirche stattfinden, so es die Corona-Situation zulässt.

Unna

In der Kreisstadt kann man wieder gar nicht genug vom Advent bekommen und so bezaubert der Unnaer Weihnachtsmarkt auch in diesem Jahr rund sechs Wochen lang: vom 14. November bis zum 22. Dezember! Im Stadtteil Massen ist für das 2. Adventswochenende (2. bis 4. Dezember) nach zweijähriger Pause wieder der beliebte Weihnachtsmarkt auf dem Gemeindeplatz geplant, der dank vieler Aktiver

aus dem „Dorf“ bei Jung und Alt beliebt ist.

Werne

Zehn Tage lang herrscht stimmungsvolle Atmosphäre auf dem Kirchplatz St. Christophorus: Von Freitag, 9. Dezember bis Sonntag, 18. Dezember findet hier der Weihnachtsmarkt statt. Neben den Buden gibt's täglich Bühnenprogramm. Geöffnet Mo bis Fr von 14 bis 21 Uhr, Sa von 12 bis 22 Uhr und So von 12 bis 20 Uhr. Am Samstag und Sonntag, 26. und 27. November, veranstaltet der Förderkreis der Freilichtbühne wieder einen Adventsmarkt mit rund 30 Ständen und der Möglichkeit, Handwerkern über die Schulter zu schauen. Tickets für 3 Euro (Erw.) und 2 Euro (Kinder) gibt's online und an der Tageskasse.



WBU
Wirtschaftsbetriebe
Unna

Öffnungszeiten der Parkeinrichtungen während des Weihnachtsmarktes

	Tiefgarage am Bahnhof Mo - Fr, 06.45 - 21.00 Uhr Sa, 06.45 - 17.00 Uhr So, geschlossen
	Parkhaus Massener Straße Montags - Sonntags 24 Stunden geöffnet
	Tiefgarage Flügelstraße Mo - Sa, 07.00 - 23.00 Uhr So, 10.00 - 23.00 Uhr
	Parkhaus Neue Mühle Montags - Sonntags 24 Stunden geöffnet
	Tiefgarage am Neumarkt Mo - Do, 06.45 - 00.30 Uhr Sa, 06.45 - 02.00 Uhr So, 10.00 - 22.00 Uhr

www.wirtschaftsbetriebe-unna.de



Im Hier und Jetzt

Mein Weg in die Achtsamkeit

Achtsamkeitskurs für pflegende Angehörige

- Kraft und Ruhe (wieder)finden -

Wann? dienstags, ab 22.11., 19.00 - 21.00 Uhr (3 Termine)

oder donnerstags, ab 24.11., 9.30 - 11.30 Uhr

Wo? „Baumhaus“ in Unna, Kessebürener Weg 3

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





11.12. verkaufsoffener SONNTAG
13 - 18 Uhr

WEIHNACHTSMARKT

Werne

09. - 18.12.2022

www.werne.de

Celloherbst am Hellweg

Highlights im November



BossoConcept.
Foto: Valerio Pardi

Von Worldpop über zeitgenössische Musik bis hin zu Dvořák hält der Celloherbst einige musikalische Perlen bereit.

ja Maltzahn spielt Cello, Gitarre, Ukulele, Piano und liebt es, Geschichten zu erzählen. Ihr Genre: Worldpop, der Sound von Fernweh. Der Eintritt ist frei.

Ensemble BossoConcept

Dass der argentinische Komponist und Cellist Jorge Andrés Bosso mit seinem aktuellen Ensemble aus Italien zum „Celloherbst“ anreist, gleicht einer Sensation. Das Ensemble BossoConcept als

Tangokonzert zu bezeichnen, würde in die Irre führen, meinte die Zeitung Libertà. Es handelt sich um stark evokative und filmische Kompositionen, die keinem Genre zuzuordnen sind. Es beginnt mit dem Tango, seinen Stimmungen, Schatten und Vertiefungen, und endet beim Jazz. Mit zwei Worten: zeitgenössische Musik – lebendig, präsent, pulsierend, brillant. Sonntag, 20. November, 18 Uhr, Stadtmuseum Bergkamen, Jahnstraße 31, 59192 Bergkamen. Tickets gibt's für 15 Euro (erm. 8 Euro) beim Kulturreferat Bergkamen, Tel. 02307/965464.

Dvořák

Im Rahmen des „Celloherbst“ begleiten die OZM Soloists unter Leitung des israelischen Dirigenten Zvi Carmeli den ebenfalls aus Israel stammenden Solocellisten Zvi Plesser bei Antonín Dvořáks Cellokonzert h-Moll in der Fassung vom Matthias Kaufmann für Ensemble und Solocello. Samstag, 26. November, 19 Uhr, Sparkasse Unna, Bahnhofstr. 37, 59423 Unna. Karten zu 15 Euro (erm. 10 Euro) gibt's im i-Punkt Unna, Tel. 02303/103777. Tickets für alle Veranstaltungen können Sie auch per E-Mail an karten@konzerthaus-hellweg.de reservieren.



Ronja Maltzahn.
Foto: Veranstalter

Am Mittwoch, 16. November, gibt sich Singer-Songwriterin Ronja Maltzahn um 20 Uhr im Schalander (Lindenbrauerei Unna) die Ehre. Die Gewinnerin von Udo Lindbergs Panikpreis 2021 nimmt die Zuhörer mit auf eine musikalische Weltreise. Ron-

3. November – Konzert – 20.00 Uhr Mense

Als Fan der Musik der guten alten Zeit, wo die Beatles die komplette Top 10 belegten und Chuck Berry mit seinem Duckwalk über die Bühne flog, fing Mense 2020 an, sich einem Soloprojekt zu widmen.



Pressefoto: Mense

frei! Eine Reservierung ist erwünscht: schalander@lindenbrauerei.de

Schalander (Lindenbrauerei), Unna

18. November – Comedy – 20.00Uhr Benni Stark

Er ist einer der am besten gekleideten Comedians Deutschlands, denn Benni Stark weiß, wie es geht! 13 Jahre arbeitete er als Herreenausstatter, bevor es ihn auf die Bühne zog. Nach dem Erfolg seines ersten Soloprogramms „THE FASHIONIST – #kleider.lachen.leute“ geht er 2020 mit seinem neuen Programm „STARK AM LIMIT“ auf Tour.



Pressefoto: Benni Stark

Auch wenn Benni mittlerweile dem Einzelhandel den Rücken zugewandt hat, die Jahre dort haben ihn geprägt und so widmet er sich auch in seiner neuen Show den Fragen, die ihn heute noch umtreiben: Warum müssen Männer Pullover anziehen, damit die Frau sehen kann, dass diese ihnen nicht stehen? Wieso sind so viele Kleidungsstücke „mal was Anderes“? Und was zur Hölle ist ein „talentiertes Hemd“? Das Leben nach dem Einzelhan-

del fordert Benni zudem alles ab und er nimmt sein Publikum bereitwillig mit auf diese wilde Reise. Ob mit der Bahn, dem Flugzeug oder auf hoher See – Benni ist viel unterwegs. Wer immer noch glaubt, das schlimmste an einer Kreuzfahrt seien die Emissionswerte, der kann von Benni noch viel lernen. Halten Sie sich an Benni Stark - er ist der einzige, der weiß, wie man auf dem Schiff an Kabelfernsehen kommt. Eintritt: 18 Euro im VVK (zzgl. Gebühren)

Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Kamener Winterwelt 2022

Kletterwald ersetzt in diesem Jahr die Eisbahn

Die aktuelle Energiekrise mit all ihren Auswirkungen lässt für die Stadt Kamen keinen anderen Schluss zu: Die Winterwelt findet in diesem Jahr ohne die beliebte Natureisbahn statt. Stattdessen organisiert die Stadt gemeinsam mit Gewerbetreibenden und weiteren Partnern ein Alternativprogramm – unter anderem mit einem Winter-Kletterwald und kostenlosen Mitspiel-Angeboten auf dem Markt sowie Weihnachtsmarkt-Ambiente mit Kulturprogramm unter der Platane am Wasserspiel in der Fußgängerzone (Ecke Weststraße/Willy-Brandt-Platz).

„Die Entscheidung“, sagt Bürgermeisterin Elke Kappen, „ist uns alles andere als leicht gefallen.“ Schließlich war die Eisbahn in den vergangenen Jahren ein beliebter Treffpunkt für Vereine, Kinder und

Jugendliche. Doch angesichts der aktuellen Energiekrise seien alle gefordert, ihren Beitrag zu leisten, um Versorgungsengpässe zu verhindern. Schließlich ist der Energieverbrauch keineswegs unwesentlich – bei 45 Betriebstagen kommen erfahrungsgemäß 45.000 bis 50.000 Kilowattstunden zusammen. Dies entspricht umgerechnet einem durchschnittlichen Jahresverbrauch von zehn Musterfamilien mit vier Personen. „Ich finde es schwierig, den Betrieb der Natureisbahn vor diesem Hintergrund zu rechtfertigen“, sagte deshalb Bürgermeisterin Kappen. Verständnis für diese Entscheidung habe die Stadt sowohl von den langjährigen Sponsoren der Winterwelt als auch aus den Reihen von Politik und Handel erhalten. „Allen ist der Ernst der Lage bewusst“, so die Bürgermeisterin.

Der Verzicht auf die Eisbahn soll



Archivfoto: F.K.W. Verlag

jedoch keineswegs die weihnachtliche Stimmung in der Innenstadt trüben. Die Stadtverwaltung um die Beigeordnete Ingelore Peppmeier hat die Wochen der Entscheidungsfindung genutzt, um Alternativen auszuloten. Neben einem Winter-Kletterwald auf dem Alten Markt, den weiteren kostenlosen Mitspiel-Angebote und Aktionen, wie Lesungen, wieder zu einem zu einem beliebten Anlaufpunkt für Vereine, Familien, Kindergärten und Schulen werden lassen sollen, erwägt die Stadt den Aufbau einer

Bahn zum Stockschießen. „Das ist wie Eisstockschießen, nur ohne Eis“, erklärt Peppmeier. Darüber hinaus plant die Verwaltung im Bereich der Platane am Wasserspiel an der Ecke Weststraße / Willy-Brandt-Platz ein Weihnachtsmarkt-Ambiente mit kulturellen Angeboten. Den Auftakt soll am 25. November der Adventsmarkt auf dem Willy-Brandt-Platz machen – eventuell verknüpft mit einer Modenschau und einem verkaufsoffenen Sonntag am Folgetag. „Wir stehen mit allen Beteiligten in engem Austausch, um ein attraktives und vielseitiges Programm aufzustellen“, so die Beigeordnete.

Darüber hinaus kündigte die Stadt an, auch bei der Weihnachtsbeleuchtung weitere Einsparpotenziale auszuschöpfen. Dies soll unter anderem durch verkürzte Einschaltzeiten sowie die weitere Umstellung auf LED-Leuchtmittel erreicht werden.

Ab sofort neu im Fit `n` Well !!!

PHYSIO-TRAINING: Der neue Weg zur Gesundheit für Rücken und Gelenke

Gute Nachrichten für alle, die schnell und unkompliziert ein therapieähnliches Bewegungsprogramm suchen. Im Unterschied zur Physiotherapie erfolgt das PHYSIO-TRAINING ohne ärztliche Verordnung und man kann ohne Terminprobleme sofort starten. Das spezielle Training wurde für bestimmte gesundheitliche Problemstellungen entwickelt. Hierzu zählen Rückenschmerzen oder altersbedingte Hüft- und Knieprobleme.

Hüft- oder Knieschmerz? Bewegung hilft bei Arthrose!

Der Volksmund sagt: wer rastet der rostet! Das bestätigt auch die Wissenschaft. Die Forschungsergebnisse der vergangenen zehn Jahre zum Thema „Sporttherapie bei arthrotisch veränderten Hüft- und Kniegelenken“ haben gezeigt, dass ein angemessenes Training positive



© Dr. WOLFF Sports & Prevention GmbH

Effekte bezüglich der Bewältigung des Alltags und der Reduktion der Schmerzen bewirken kann.

Es ist demnach wichtig, die großen Gelenke zu bewegen und zu stabilisieren. Ziel ist, die Gelenkfunktion zu erhalten und zu verbessern.

Eine sinnvolle Ergänzung:

Bei Übergewicht abnehmen und so die Gelenke entlasten.

Angst vor Belastung – Schonen ist der falsche Weg

Die Diagnose einer Arthrose und Gelenkschmerz erzeugt bei vielen Menschen die Angst vor Bewegung. Sie denken, dass die Schonung der Gelenke ein Fortschreiten der Arthrose aufhalten kann. Deshalb vermeiden sie sportliche Aktivität und Bewegung. Die aktuelle Studienlage belegt, dass das Gegenteil der Fall ist, denn:

Gut dosierte Bewegungsprogramme:

- Aktivieren den Stoffwechsel
- Verbessern den Blutfluss
- Steigern die Versorgung der Gelenke mit Gelenkflüssigkeit und Nährstoffen

Darum: Starten Sie jetzt!!!



© Dr. WOLFF Sports & Prevention GmbH



DEUTSCHER HAUSÄRZTEVERBAND

FIT `N` WELL
Das Beste für mich –
physio – medical fitness – sport

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

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

Kfz-Versicherung

Beim Wechsel mehrere hundert Euro sparen



Foto: © by Dariusz T. Oczkowicz, ars digital media services – stock.adobe.com

Im Herbst steht die alljährliche Kündigungsfrist (Stichtag 30. November) für die Kfz-Versicherung an. Wer seine Versicherung wechseln möchte, weil die Beiträge für trotz unfallfreier Fahrt gestiegen sind, sollte sich vorher informieren.

Das Kündigungsschreiben muss bis zum 30.11. beim Versicherer sein. Zudem besteht Sonderkündigungsrecht, wenn die Beitragsrechnung erst nach diesem Termin bei Ihnen eintrudelt und der Beitrag erhöht wird.

Wer die Preise der Gesellschaften vergleicht wird feststellen, dass sich die Beiträge teilweise erheblich unterscheiden. Die Stiftung Warentest hat z.B. ermittelt, dass für Fahranfänger:innen zwischen dem günstigsten und dem teuersten Tarif der Haftpflichtversicherung mit Teilkasko eine Differenz von 1.000 Euro bestehen kann. Ein Trugschluss ist übrigens, dass Online-Plattformen immer die günstigen Anbieter anzeigen. Denn auch die Vergleichsportale erhalten eine Provision für abgeschlossene Ver-

träge. Oft nehmen die Portalanbieter nur ausgewählte Versicherungsgesellschaften und Tarife in den Vergleich auf, warnt die Verbraucherzentrale NRW. Deshalb lohnt es sich, direkt bei den Versicherungen nach einem Angebot zu fragen.

Kündigungstermine

Prüfen Sie vor einem Versicherungsverwechsel Ihre Kündigungsfrist. Einige große Kfz-Versicherer sind nämlich dazu übergegangen, das Versicherungsjahr wieder an dem Tag beginnen zu lassen, an dem das Fahrzeug angemeldet wurde. Damit ist eine Kündigung zum 31.12. nur möglich, wenn das Versicherungsjahr am 1.1. begonnen hat. Hat es etwa am 1.10. angefangen, können Sie nur zum 30.09. kündigen. Die Kündigungsfrist beträgt in der Regel einen Monat. Wenn Sie mit Ihrer Versicherung zufrieden sind, kann sich auch dort die Frage nach einem anderen Tarif lohnen. Ein einfacher Anruf verhilft oft zu einem günstigeren Tarif oder attraktiven Rabatten. (dzi/VZ NRW)



Foto: Wilf Kiesow



Foto: Frank Soens

Keine Kulturhighlights mehr verpassen

Ticketverkauf des Kulturreferates online möglich

Die Kulturveranstaltungen der Stadt Bergkamen können ab sofort über den bekannten Dienst Eventim geordert werden. Dieses Angebot ermöglicht Bergkamener Bürger:innen den Online-Kauf von der Couch oder spontan beim Restaurantbesuch mit Freunden.

Unter folgendem Link sind Kartenbestellungen ab sofort möglich: tickets.bergkamen.de. Alle Veranstaltungen sind bereits freigeschaltet und können online gebucht werden. Kulturinteressierte profitieren von exklusiven Vorverkäufen und sichern sich auf diesem Weg die besten Plätze.

Im Webshop des Kulturreferates sind Eintrittskarten aus allen Sparten zu finden; von Kabarett über Grand Jam, bis hin zu den Klängen der Reihe Klangkosmos Weltmusik sowie der neuen Stand-Up-Comedy-Show LOL. Ob man sich selbst eine Freude machen oder jemanden mit dem Geschenk begeistern möchte. Selbstverständlich steht das Team des Kulturreferates auch weiterhin bei Fragen und Anregungen unter Tel. 02307/ 965 464 zur Verfügung.

Highlights im November

Starke Musik, schonungsloses Kabarett und eine Stand-up Mixed Show – das bietet das städtische Kulturprogramm im

November! Los geht es am Mittwoch, 2. November, um 20 Uhr im Thorheim. Die Jimmy Reiter Band sorgt im Rahmen der Sparkassen Grand Jam für heiße Stimmung.

Am Freitag, 4. November, um 20 Uhr ist der Kabarettist Stefan Bauer im studio theater bergkamen zu Gast. Mit seinem hinreißend selbstironischen und schonungslos treffsicheren Programm nimmt er sein Publikum mit auf eine Reise zwischen Beziehungsstress und Ehekonflikten und wird mit seiner herrlich komischen Art für Lacher sorgen.

Auf musikalische Reise geht das Anim Ensemble im Rahmen der Musikreihe Klangkosmos Weltmusik am Montag, 14. November, um 20 Uhr im Trauzimmer Bergkamen im Yachthafen. Feinste Klänge vom Hindukusch, spannend-bewegte Momente der Musikgeschichte Afghanistans bietet das Ensemble des „Afghanistan National Institute of Music“ (ANIM) in Kabul.

Ein besonderes Highlight zum Abschluss des Monats November bietet die neue Stand-up Mixed Show „LOL – Das Comedy Start up“ am 25. November um 20 Uhr im neuen Veranstaltungsraum im Stadtmuseum an. In dieser Show darf sich das Publikum auf eine unterhaltsame Show mit neuen und aufstrebenden Comedians und Comediennes der deutschsprachigen Stand-up Szene freuen.

Heiße Suppe für kalte Tage

Köstlicher Rezepttipp

Ist es draußen ungemütlich, freut man sich auf eine heiße Suppe oder einen Eintopf. Diese sind einfach zuzubereiten und lassen sich prima aufwärmen. Außerdem können sie wahre Immunbooster sein. Ob mit Pastinaken, Brokkoli, Sellerie, Ingwer oder roter Beete: Der Gemüse-mix in der Suppenküche sorgt dafür, dass unser Körper mit Vitaminen und Mineralstoffen versorgt wird.

Mit Schnellgardeckel Zeit sparen

Mit dem passenden Kochgeschirr ist die Lieblingssuppe schnell gezaubert. Ein Schnellkochdeckel reduziert die Kochzeit um bis zu 80 Prozent. Zwei Schnellkochprogramme sorgen dafür, dass alle Zutaten bei perfekter Temperatur schonend gegart werden. So bleiben Vitamine, Nähr- und Mi-



Die Bündner Gerstensuppe ist mit dem passenden Kochgeschirr schnell zubereitet. Fotos: djd/AMC Alfa Metalcraft Corporation

neralstoffe aus den Lebensmitteln ebenso gut erhalten wie die Aromen.

Bündner Gerstensuppe

Zutaten für 4 Personen: 1 Zwiebel, 100 g Karotten, 100 g Knollensellerie, 200 g Lauch, 5 Zweige Majoran, 50 g Speckwürfel, 100 g Gerstengraupen, 750 ml Fleischbrühe, 100 g Bündner Fleisch, 200 ml Sahne, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Zwiebel, Karotten und Knollensellerie schälen beziehungsweise putzen und in Würfeln schneiden. Lauch putzen und in Scheiben schneiden. Alles mit Majoran, Speckwürfeln, Gerstengraupen und Fleischbrühe im Topf mischen. Schnellkochtopfdeckel aufsetzen und verschließen. Topf auf höchster Stufe bis zum Turbofenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und circa 20 Minuten

im Turbo-Bereich kochen. Deckel nach Ende der Kochzeit drucklos machen und abnehmen. Majoran herausnehmen. Bündner Fleisch in feine Streifen schneiden und mit der Sahne unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. (dzi/djd) **Guten Appetit!**

Gemütlicher Einkauf in bäuerlicher Atmosphäre

Bauernhof Sprave

Im November

- Weihnachtsgänse
- täglich frische Eier
- Enten, Puten, Hähnchen
- Suppenhühner
- Obst + Gemüse der Saison

Geschäftszeiten:
Mo. bis Fr. von 8 bis 18.30 Uhr
Sa. von 8 bis 14 Uhr
So. kein Verkauf · Di. geschlossen

Familie Sprave
Husener Straße 131
44319 Dortmund-Husen
Telefon 0231 281344

Fahrspaß-Bereiter.

Unsere Kfz-Versicherung. Mit mehr Extras für mehr Fahrspaß.

© Geschäftsstellen: Andreas Rianhoff
Tel. 02302 40316
www.provinzial.de

PROVINZIAL

EDEKA **Schulz** MIT LIEBE, HERZ & LEIDENSCHAFT

NEU IN DER STADT LÄNGSTE THEKE IN UNNA!

IM EINKAUFSZENTRUM ZUR NEUEN MÜHLE
Kantstraße 5 | 59425 Unna | Mo – Sa: 7.00 – 21.00 Uhr

Wir ♥ Lebensmittel.

edeka-familie-schulz.de

Starkregen und Co.

Ohne Absicherung drohen im Schadensfall unabsehbare Kosten

Die meisten Hausbesitzer ächzen unter drastisch gestiegenen Energiepreisen. Wer jetzt noch bauen will, muss mit höheren Zinsen und Handwerkerkosten rechnen. Am Versicherungsschutz sollte man in dieser Situation nicht sparen: Denn im Schadensfall können unüberschaubare Kosten drohen.

Die klassische Sturmsaison

Starke Sonneneinstrahlung, Regenschauer und Hagel, Sturmböen und Schneelasten: Übers Jahr verteilt haben besonders Hausdächer so einiges einzustechen. Gerade in den Herbst- und Wintermonaten häufen sich die Extremwetterlagen mit starkem Wind und Dauerregen. Alle paar Jahre empfiehlt sich daher ein Dachcheck durch Fachleute, um mögliche Schwachstellen frühzei-



Foto: djd/Dolleruper Freie Brandgilde/Heinrich Nissen

tig erkennen und beseitigen zu können – oder um zu beurteilen, ob nach Jahrzehnten der Nutzung eine komplette Dachsanierung empfehlenswert ist.

Schadenshemmer Dämmung

Manche Maßnahmen, die die Energiebilanz eines Gebäudes verbessern und so das Klima schützen, wappnen das Haus zugleich besser gegen extreme Wetterereignisse. Typisches Beispiel dafür ist die Dachdämmung. In vielen Häusern ist das Dach die größte energetische Schwachstelle.

Am wirkungsvollsten ist eine sogenannte Aufsparrendämmung, also eine komplett flächige Dämmschicht oberhalb der Dachsparren und unterhalb der Eindeckung. „Mit großflächigen und festen Dämmelementen aus Polyurethan ist sie vergleichsweise einfach zum Beispiel im Rahmen der Neueindeckung des Dachs einzubauen“, erklärt Sybille Frank von einem Dämmungshersteller. Feste Platten-Dämmelemente sind schneller und sicherer zu installieren als weiche Dämmmaterialien. Mit Nut und Feder versehen, bilden sie eine lückenlose Dämmschicht. Die Systeme bringen zudem einen extrem niedrigen Wärmedurchgangswert und damit sehr guten Wärmeschutz mit.

In der Praxis können sie also schlanker ausfallen als andere Dämmungen, um eine vergleichbare Wärmeschutzwirkung zu entfalten. Gerade bei bestehenden Häusern vorteilhaft: Durch die schlanke Dämmung bleibt auch die statische Belastung des Dachstuhls gering, sodass es in der Regel weitere klimaschonende Elemente wie Solarthermie- oder Photovoltaikanlagen tragen kann.

Festes Plattenmaterial schützt das Haus bei Hagel

Ein weiterer Vorzug des festen Plattenmaterials ist die zusätzliche Durchschlagsicherheit, die es dem Dach bietet. So wurde in einem Hagelschlagtest am Süddeutschen Kunststoffzentrum (SKZ) nachgewiesen, dass die wasserführende Ebene einer Dämmung aus reinen Plus bei Hagelschlägen bis zu einer Geschwindigkeit von

75 Stundenkilometern unversehrt und funktionstüchtig bleibt. Stärkere Dämmschichten können sogar Einschlagsgeschwindigkeiten von bis zu 200 km/h überstehen. Das heißt, selbst wenn Ziegel zu Bruch gehen, sorgt immer noch die Dämmung dafür, dass es nicht zu Folgeschäden durch Wassereintritt kommt und dass das Haus trocken bleibt.

Versicherung gegen Naturgewalten

Neben Dachcheck und Dämmmaßnahmen sollten Hausbesitzer:innen und Bauherr:innen mit den richtigen Versicherungen schützen. Gegen das Starkregenrisiko etwa schützt eine Police, die früher meist Elementarschadenversicherung hieß, heute aber auch Namen wie Naturgefahrenversicherung trägt: Sie springt bei Starkregen, Überschwemmung, Rückstau nach Starkregen oder auch nach einem Erdbeben ein. Der Abschluss erfolgt in der Regel als Ergänzung einer Wohngebäude-, Gebäude- oder Hausratversicherung. Tipp: Meist liegt die Schadenssumme in Höhe der Wohngebäudeversicherung.

Die wichtigsten Policen

Wer gerade sein eigenes Traumhaus baut sollte folgende Versicherungen abschließen:

1. Rohbauversicherung: Sie

schützt als Ergänzung der Wohngebäudeversicherung das Bauvorhaben gerade in der Ausbauphase gegen Schäden durch Brand, Blitzschlag und Explosion.

2. Bauleistungsversicherung: Sie gibt zusätzlich zu den Leistungen aus der Rohbau-Versicherung weiteren finanziellen Schutz für Verluste oder Beschädigungen bei Unwetter, Diebstahl, Vandalismus, Glasbruch oder Deckeneinsturz.

3. Bauherren-Haftpflichtversicherung: Mit ihr versichert man sich gegen Schäden, die Dritte wegen unzureichender Sorgfalt auf dem Baugelände erleiden, wie Stürze vom ungesicherten Balkon, in nicht ausreichend gesicherte Gruben oder Schäden durch herabfallendes Baumaterial. Einige Versicherer bündeln diese drei genannten wichtigen Policen in einem Paket, beispielsweise zu-

Alles Gute kommt von oben – Sonnenenergie durch Fördermittel



Mittlerweile seit zweieinhalb Jahren ist Dachdecker Sebastian Beyer in Holzwickede erfolgreich selbstständig.

Neben üblichen Reparaturarbeiten am Dach, einer ordentlichen Dämmung, Neudeckung oder Veränderung durch Gauben oder Dachbegrünung, geht es auch immer mehr um die Installation von Solar- und Photovoltaik-Kollektoren. Hier und auch in anderen Bereichen sollte man sich die aktuellen Fördermittel sichern. Denn im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) erhalten Hauseigentümer von der BAFA Zuschüsse von 15 Prozent. Geschieht die Umsetzung anhand eines individuellen Sanierungsfahrplans (iSFP), gibt es einen zusätzlichen Bonus von fünf Prozent. Bei der Antragsstellung ist Sebastian Beyer gerne behilflich, denn sein direkter Draht zu einem Energieberater und zu einem Netzwerk an regionalen Fachbetrieben vereinfacht die Sache enorm. Foto: Beyer, Text: F.K.W. Verlag



Alles unter einem Dach

- Steildach • Flachdach
- Walmdach • Balkonsanierung
- Bauklempnerei
- Dachfenster • Dachbegrünung
- Solar und Photovoltaik

Sebastian Beyer Bedachungen

Landweg 56 e | 59439 Holzwickede
Tel. (02301) 9 18 74 99 oder 0176-23 23 98 63
E-Mail: kontakt@bedachungen-beyer.de
www.bedachungen-beyer.de

- Anzeige -

© Ortszeit Unna – F.K.W. Verlag

SANITÄR HEIZUNG LECKORTUNG
Der Fachbetrieb für Heizung, Sanitär, Gas & Wasser
Schabbehardt
Ihr Meisterbetrieb
Frank Schabbehardt
59174 Kamen-Methler
Bückeburger Straße 30
Tel. 02307 / 38077
www.schabbehardt.de

Seit 55 Jahren
KOSCHINSKI
Bedachungen GmbH + Co. KG
Baldach - Flachdach - Wandbekleidungen
Isolierungen - Bauleistungen - Balkonsanierung
Zimmer - Innenausbau - Photovoltaik - Notdienst
Service-Büro
Hauptstr. 48, 59439 Holzwickede
Tel.: 02301 - 2864, Fax: 02301 - 914162
E-Mail: kontakt@koschinski-dach.de
Homepage: www.koschinski-dach.de

Seit 25 Jahren Vaillant - Exzellenz-Partner
Vaillant **5 PLUS** SORGLOS VERKÄUFER
Weil wir das Klima nicht nur für uns schützen.
Bis zu 50% Förderung vom Staat!
Vaillant
Ihr Wärmepumpenprofi der Region.
Heizen 2.0
Liebing GmbH
Ihre neue Wärmepumpe vom Meisterbetrieb
Gerne erstellen wir Ihnen ein unverbindliches Angebot zu einer Wärmepumpe!
Marmelinghöfener Weg 20 · 59199 Bönen
Telefon 0 23 83-95 01 80 · www.dusche24.de



sammengefasst in einer „Bauversicherung“.

4. Bauhelfer-Unfallversicherung: Finanzielle Entlastung durch die Unterstützung von Freunden, Verwandten und Nachbarn ist willkommener denn je. Der Gesetzgeber hat auch sie unter den Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung gestellt, alle Infos dazu gibt es unter www.bgbau.de. Vom ge-

setzlichen Unfallversicherungsschutz ausgenommen sind der Bauherr selbst sowie Ehegatten oder eingetragene Lebenspartner. Sie können sich auf Antrag freiwillig bei der BG Bau versichern lassen. Der Bauherr kann Bauhelfer, Familie und sich selbst zudem mit einer privaten Bauhelfer-Unfallversicherung schützen. (dzi/djd)



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

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



Foto: Marian Heuser

Mord am Hellweg

Noch zwei Wochen hochkarätiges Programm!

Seit mittlerweile sechs Wochen wird die Jubiläumsausgabe „Mord am Hellweg“ gefeiert. Nun geht es mit großen Schritten auf den ausverkauften „Final Criminal Act“ am Samstag, 12. November, zu. Bei der großen Abschlussgala geben sich Simon Beckett, Sebastian Fitzek, Arne Dahl und Håkan Nesser die Ehre.



Foto: Gene Glover

Krimi-Fans müssen aber nicht traurig sein, denn bis dahin erwartet sie noch ein spannendes Programm. So steht am Samstag, 30. Oktober, eine Premierenlesung in Schwerte mit Thomas Matiszik und seinem brandneuen Thriller „Todesprüfung“ an. Bereits im ersten Teil überschlugen sich die Ereignisse um Corinna Dupont und auch in ihrem zweiten Fall bekommt sie es wieder mit einem hochspannenden Fall zu tun.

Mit dem Spiegel-Bestseller Autor Titus Müller und dem Journalisten und Autor Hartmut Palmer taucht das Publikum am Mittwoch, 2. November, in Holzwickede in der historischen Kulisse der Wasserburg Haus Opherdicke in ein Stück deutsch-deutsche Nachkriegsgeschichte ein.

Am Dienstag, 8. November, kommt mit Charlotte Link, die deutsche „Queen of Crime“, in die Kamener Stadthalle. Sie ist die erfolgreichste deutsche Autorin der Gegenwart, ihre Bücher wurden verfilmt und sind internationale Bestseller. In die-

sem Jahr kommt die für ihre ausgefeilten psychologischen Krimis berühmte Autorin mit ihrem brandneuen Buch „Einsame Nacht“ an den Hellweg.

Außerdem wird zum zweiten Mal am Freitag, 11. November, der Viktor Crime Award für den Bestsellerautor des Genres Thriller/Krimi von morgen verliehen. Die Verleihung wird wieder mords spannend, denn die drei von einer Fachjury ausgewählten Shortlistnominierten Marc Hofmann, Henri Faber und Stuart Turton lesen aus ihren neuesten Büchern, bevor anschließend der Sieger verkündet und durch Sebastian Fitzek mit einem Preisscheck in Höhe von 6.666 € geehrt wird.

Und auch darüber hinaus hat die zweite Festivalhälfte noch viele weitere Veranstaltungshighlights im Gepäck. Stöbern Sie einfach im Terminkalender unter www.mordamhellweg.de. Es lohnt sich!

Kopenhagen – Hawaii

Wie Christoph Hussmann zum Kult-Ironman kam

Der passionierte Triathlet aus Fröndenberg hätte sich nicht träumen lassen, dass er ein Ticket für Hawaii lösen würde, als er bei seinem zweiten Ironman-Wettkampf in diesem Jahr in Kopenhagen an den Start ging. Doch nachdem er in Dänemark ein „fast perfektes Rennen“ ablieferte, qualifizierte er sich für die Weltmeisterschaft auf Hawaii, den berühmtesten und ältesten Ironman der Welt.



Ehefrau Diana begleitete Christoph Hussmann nach Hawaii.

Seinen ersten Ironman, also ein Triathlon über 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42 km Laufen, bestritt Hussmann 2018. Zuvor hatte er ausschließlich an Läufen teilgenommen und schon so manchen Marathon bestritten. Als ihm dies zu einseitig wurde, probierte er sich am Triathlon aus – geradelt war er ohnehin schon immer sehr gern. „Man wächst da so rein, das ist ein Prozess über Jahre“, erzählt er. Die Qualifikation beim Ironman in Kopenhagen kam für ihn völlig überraschend, aber natürlich war die Vorfreude groß. Bei nur rund sechs Wochen Zeit bis Hawaii war aber noch vieles zu organisieren – zum Glück hatte ein auf Triathlonreisen spezialisierter Reiseanbieter noch Platz. „Eine frühzeitige Anreise ist wichtig, um sich zu akklimatisieren und sich mit der Strecke etwas vertraut zu machen.“ Zudem profitierte er bei den Trainingsfahrten mit dem Rad von den Erfahrungen mitgereister Sportler, die zuvor schon beim Ironman Hawaii teilgenommen hatten. Dennoch machte ihm, wie auch vielen anderen, das schwülheiße Klima zu schaffen. Er habe zwar bereits bei Transalpinläufen extreme Wetterschwankungen von 30 Grad bis Schnee erlebt, doch die hohe Luftfeuchtigkeit gepaart mit der Hitze zehrten schon sehr an seinen Kräften.

Asphaltstrecke ist nicht sonderlich angenehm. Da ist es besonders wichtig, sich permanent zu kühlen. Leider waren die Verpflegungsstellen auf der Strecke mangels Helfern in größeren Abständen von 2,4 km statt 1,6 km positioniert: „Das klingt ja erst einmal nicht nach viel, aber wenn man schon so ‚abgekocht‘ ist, dann braucht man alles, was geht, zum Kühlen.“ So viel trinken, wie nur möglich, sich noch Wasser über den Kopf kippen und Eis ins Trikot und unter die Mütze stopfen: „Nach dem Wasser geht's sofort besser, weil man runterkühlt, aber nach spätestens 1.000 Metern ist der Effekt weg und dann sehnt man sich nach der nächsten Verpflegungsstelle.“ Er selbst hatte kein Getränk mit, dies würde er beim nächsten Mal definitiv anders machen. „Jeder Stopp bringt einen ja auch aus dem Fluss.“

Adrenalin-Kick im Ziel
Zum Ende des Wettkampfs war die Sonne schon untergegangen, sodass er die letzten zwölf Kilometer im Mondschein lief. Umso krasser war dann die Ankunft im Ziel, denn vom Dunklen kam er in den hell erleuchteten Zielbereich, wo Zuschauer ihn anfeuerten und er plötzlich alle Schmerzen vergessen konnte und geschmeidig über die Ziellinie kam – für ihn ein unvergessliches Erlebnis. „Da fällt plötzlich alle Last von einem ab und man ist total geflasht, obwohl man noch zwei Kilometer vorher dar-

Eis gegen Hitze
Die Radstrecke über einen Highway führte zum Teil durch Lavalandchaft und so herrschten dort bis zu 41 Grad Celsius. Und auch ein Marathon auf gerader, breiter



Fotos: privat

„wenn man hier mitläuft, ist der Platz egal und Ankommen ist das Ziel. Natürlich kommt man auch immer zu der Sinnfrage ‚Warum mache ich das?‘ nur um im Ziel festzustellen ‚Boah, war das geil, das mache ich nochmal!‘“ Forcieren werde er eine weitere Teilnahme nicht, aber für den Ironman in Frankfurt am Main 2023 ist er bereits gemeldet.



HUSSMANN
PROFILROLLEN

Präzision aus Fröndenberg. Seit 1945.

- Profilrollen für die Blech-Industrie
- Kunden auf der ganzen Welt
- Ein Team mit Herz und Verstand

MIT UNS PROFILIEREN SIE (SICH)

Hussmann Profilrollen | Fröndenberg | Germany | +49 (0) 23 73 25 54 3 - 0
www.hussmann-profilrollen.de



WELTMEISTERSCHAFT KATAR 2022

GRUPPE A	
Katar - Ecuador	___ : ___
Senegal - Niederlande	___ : ___
Katar - Senegal	___ : ___
Niederlande - Ecuador	___ : ___
Niederlande - Katar	___ : ___
Ecuador - Senegal	___ : ___

GRUPPE B	
England - Iran	___ : ___
USA - Wales	___ : ___
Wales - Iran	___ : ___
England - USA	___ : ___
Iran - USA	___ : ___
Wales - England	___ : ___

GRUPPE C	
Argentinien - Saudi-Arabien	___ : ___
Mexiko - Polen	___ : ___
Polen - Saudi-Arabien	___ : ___
Argentinien - Mexiko	___ : ___
Saudi-Arabien - Mexiko	___ : ___
Polen - Argentinien	___ : ___

GRUPPE D	
Dänemark - Tunesien	___ : ___
Frankreich - Australien	___ : ___
Tunesien - Australien	___ : ___
Frankreich - Dänemark	___ : ___
Tunesien - Frankreich	___ : ___
Australien - Dänemark	___ : ___

GRUPPE E	
Deutschland - Japan	___ : ___
Spanien - Costa Rica	___ : ___
Japan - Costa Rica	___ : ___
Spanien - Deutschland	___ : ___
Costa Rica - Deutschland	___ : ___
Japan - Spanien	___ : ___

GRUPPE F	
Marokko - Kroatien	___ : ___
Belgien - Kanada	___ : ___
Belgien - Marokko	___ : ___
Kroatien - Kanada	___ : ___
Kanada - Marokko	___ : ___
Kroatien - Belgien	___ : ___

GRUPPE G	
Schweiz - Kamerun	___ : ___
Brasilien - Serbien	___ : ___
Kamerun - Serbien	___ : ___
Brasilien - Schweiz	___ : ___
Serbien - Schweiz	___ : ___
Kamerun - Brasilien	___ : ___

GRUPPE H	
Uruguay - Südkorea	___ : ___
Portugal - Ghana	___ : ___
Südkorea - Ghana	___ : ___
Portugal - Uruguay	___ : ___
Ghana - Uruguay	___ : ___
Südkorea - Portugal	___ : ___

ACHTELFINALE	
Sieger A - Zweiter B • AF1	___ : ___
Sieger C - Zweiter D • AF2	___ : ___

ACHTELFINALE	
Sieger D - Zweiter C • AF3	___ : ___
Sieger B - Zweiter A • AF4	___ : ___

ACHTELFINALE	
Sieger E - Zweiter F • AF5	___ : ___
Sieger G - Zweiter H • AF6	___ : ___

ACHTELFINALE	
Sieger F - Zweiter E • AF7	___ : ___
Sieger H - Zweiter G • AF8	___ : ___

VIERTELFINALE 1	
Sieger AF5 - Sieger AF6 • VF1	___ : ___

VIERTELFINALE 2	
Sieger AF1 - Sieger AF2 • VF2	___ : ___

VIERTELFINALE 3	
Sieger AF7 - Sieger AF8 • VF3	___ : ___

VIERTELFINALE 4	
Sieger AF3 - Sieger AF4 • VF4	___ : ___

HALBFINALE	
Sieger VF2 - Sieger VF1 • HF1	___ : ___

HALBFINALE	
Sieger VF4 - Sieger VF3 • HF2	___ : ___

SPIEL UM PLATZ 3	
Verlierer HF1 - Verlierer HF2	___ : ___

FINALE	
Sieger HF1 - Sieger HF2	___ : ___



Virtuelle Zeitreise mit Kaiser Wilhelm

Ein erlebnisreicher Städtetrip nach Wilhelmshaven an der Nordsee



Foto: djd/www.wilhelmshaven-touristik.de

Wilhelmshaven ist eine der ersten Städte, die Virtual-Reality-Rundgänge anbietet. Dabei können die Gäste mit einer VR-Brille direkt in Kaiser Wilhelms Zeit um 1900 eintauchen:

zember feiert Wilhelmshaven „Weihnachten am Meer“. In der Innenstadt wird ein winterliches Budendorf aufgebaut und festlich beleuchtet. Unter hohen Tannen im Lichterglanz gibt es Glühwein, Bratwurst, gebrannte Mandeln und viele Leckereien. Wer nach Geschenken sucht, findet regionale Spezialitäten und Kunsthandwerk von der Küste. Auf dem Programm stehen weihnachtliche Veranstaltungen und Konzerte, für die Kinder gibt es Karussells und ein Kasperletheater. Unter www.wilhelmshaven-touristik.de gibt es Einblicke in die Museen und Webcam-Ausblicke über den Hafen. (djd)

Im Hafen erleben sie eine pompöse Wachablösung und aufständische Matrosen, in der Innenstadt rattert zwischen den wilhelminischen Prachtbauten plötzlich wieder eine Straßenbahn. An Ort und Stelle können sie auf dieser Sightseeing-Tour früher und heute vergleichen. Der Besuch an der Nordsee lohnt sich zu jeder Jahreszeit. An der Maritimen Meile laden das Küstenmuseum, das Marinemuseum, das Aquarium Wilhelmshaven und das Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum in erlebnisreiche Ausstellungen ein.

Weihnachtsmarkt am Wattenmeer
Vom 21. November bis 30. De-

Schnuppern Sie Sylter Luft!

Appartement Vermietung Schmitz
Inh. Regina Vockamm
Westerland Sylt • 0 46 51 / 94 41 30
www.appartement-schmitz.de

KLEINANZEIGEN

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

Goldener Herbst für Ihre Geldanlage.

Sichern Sie sich jetzt unsere Sparkasse UnnaKamen 2,30% Weltspartags-Festzins-Anleihe der DekaBank.

Investieren schafft Zukunft.

Wir beraten Sie gern.

Sparkasse UnnaKamen

Deka Investments

Vor einer Anlageentscheidung in Wertpapiere wird potenziellen Anlegern empfohlen, den Wertpapierprospekt zu lesen, um die potenziellen Risiken und Chancen der Anlageentscheidung vollends zu verstehen. Die Billigung des Prospekts durch die zuständige Behörde ist nicht als Befürwortung der angebotenen Wertpapiere zu verstehen. Der Wertpapierprospekt und eventuelle Nachträge können unter <https://www.deka.de/deka-gruppe/wertpapierprospekte> unter dem Reiter „EPHS-I-21“, die Endgültigen Bedingungen unter https://www.schmitz.de/deka-de/DE000DK07712_FT.pdf heruntergeladen werden. Sämtliche Wertpapierinformationen sind ebenfalls bei Ihrer Sparkasse oder der DekaBank Deutsche Girozentrale (www.deka.de), 60625 Frankfurt kostenlos erhältlich.

Finanzgruppe

Sicher unterwegs im Herbst

Hilfsmittel für die dunkle Jahreszeit

Laub, Nässe, erste Fröste, wenig Sonne: Wer mit Einschränkungen zu kämpfen hat, für den stellen Herbst und Winter besondere Herausforderungen dar. Gut, dass es jede Menge Hilfsmittel gibt, mit denen Sie besser durch diese Jahreszeiten kommen!

Gerade das Sehen ist schwierig, wenn es früh dunkel wird. Auch vorher ist tiefstehende Sonne nicht unproblematisch, wenn sie blendet. Ist sie bereits untergegangen, muss

man sich auf die Straßenbeleuchtung verlassen und schnell blinken auch Scheinwerfer von Autos und Fahrrädern – vor allem auf nassen Straßen. Damit Sie bestmöglich durch das widrige Wetter navigieren, sollten Sie regelmäßig Ihre Augen checken lassen. Entweder beim Augenarzt oder auch beim Optiker. Falls Sie bereits eine Sehhilfe tragen, lohnt sich zum Winter hin eine Überprüfung, ob sich evtl. Ihre Sehstärke geändert hat. Mit besserer Sicht ist man auch sicherer unter-



Foto: Leif Linding/Pixabay

wegs. Auch dann, wenn man selbst noch hinterm Steuer sitzt.

Gut hören

Gerade jetzt ist das Gehör besonders gefordert, wenn wir in Dämmerung und Dunkelheit nicht mehr alles perfekt sehen können. Ein heranwachsendes Auto oder ein Radfahrer stellen schnell eine Gefahrenquelle dar, wenn man davon nichts mitbekommt. Also ab zum Hörtest, den sowieso alle über 45 regelmäßig machen sollten. Wenn man rechtzeitig eingreift, lassen sich schwere Hördefizite vermindern und gutes Hören beugt auch Demenzerkrankungen vor, weil man

viel aktiver am Leben teilnehmen kann, wenn man auch noch leise Naturgeräusche wie das Rascheln von Herbstlaub wahrzunehmen in der Lage ist. Einen Hörtest können Sie auch beim Hörgeräte-Akustiker machen – dies erspart Ihnen lange Wartezeiten beim Facharzt und gibt Aufschluss über den Zustand Ihres Gehörs.

Unterwegs zu Fuß

Auch die Fortbewegung ist oftmals ein kleines Abenteuer, wenn nasses Laub auf Straße und Gehweg oder die ersten Fröste den Boden glitschig machen. Menschen, die ohnehin schon nicht mehr gut zu

Fuß sind, sollten sich lieber im Hellem draußen bewegen, um Stolperfallen zu vermeiden. Zudem ist ein Rollator bei nasskalter Witterung besser geeignet als ein Gehstock, weil er mehr Standsicherheit bietet. Für den Winter gibt's für so manches Modell übrigens auch passende Reifen, die, ähnlich wie beim Auto, für mehr Grip sorgen. Es gibt auch weiteres Zubehör wie Schirme oder große Regencapes, die Ihnen den Spaziergang bei schlechtem Wetter erleichtern. Um besser gesehen zu werden, können Sie zudem mit Reflektoren arbeiten, die sich leicht an Ihrem Rollator befestigen lassen.

Stichwort Elektromobil

Wer so gar nicht mehr gut laufen kann, der ist vielleicht auch mit einem Seniorenmobil gut beraten. Diese motorisierten Fahrzeuge lassen den Einkauf zum Kinderspiel werden und auch längere Strecken lassen sich damit bewältigen. Die praktischen E-Mobile können, sofern sie als Hilfsmittel zugelassen

sind, auch von der Krankenkasse bezahlt werden. Wichtig: Nur Fahrzeuge bis 6 km/h werden bezuschusst. Wenn Sie ein stärker motorisiertes oder geländegängiges Modell möchten, müssen Sie zahlen. Klären Sie im Vorfeld einer Anschaffung die Kostenübernahme mit der Krankenkasse ab. In jedem Fall benötigen Sie eine ärztliche Verordnung, die die medizinische Notwendigkeit bescheinigt. Im Sanitätsfachhandel kann man Sie zu allen weiteren Fragen rund um diese Form der Mobilität beraten.

Sicherheit daheim

Last but not least sollten Sie auch daran denken, dass nicht der Weg zur Haustür zur Sturzfall für Sie wird. Ist vor Ihrer Eingangstür eine Treppe, so sollte ein Handlauf vorhanden sein. Die Wege zum Haus sollten nicht voll Laub liegen und im Winter gestreut sein. Auch an die Beleuchtung sollten Sie denken, sodass Sie ohne Probleme wieder in Ihre vier Wände zurück gelan-

gen. Wenn Sie diese Arbeiten selbst nicht mehr schaffen, engagieren Sie dafür einen Winter- oder Hausmeisterdienst. Diesen können Sie als

haushaltsnahe Dienstleistung steuerlich geltend machen und haben die Gewissheit, dass rund ums Heim alles winter- und rutschfest ist. (hs)

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

Ihre Alltagshilfen – Selbstbestimmt und sicher



- Anzeige -

Ihre Hausnotrufzentrale! - Warum Wir?



- Über 80% der Unfälle passieren in den eigenen 4 Wänden
- Ein Team an ausgebildeten Ersthelfern ist für Sie im Einsatz
- Die von uns eingesetzten Hausnotrufgeräte besitzen eine Kassenzulassung
- Eine Kostenübernahme Ihrer Kasse bei vorhandenen Pflegegrad prüfen wir gerne
- Unsere Hausnotrufzentrale ist nach TÜV DIN ISO 9001 zertifiziert
- Unser Hausnotruf-Call ist bei Verwendung eigener Endgeräte bereits ab 10,00 € monatlich möglich

TESTWOCHE
 bis zum 31.12.2022
 4 Wochen kostenlos testen/
 bitte Gutscheincode
 „400“ angeben

Wer möchte sich als Angehöriger denn ständig Gedanken machen, ob auch alles in Ordnung ist? Wir geben Ihnen und Ihrer Familie diese wichtige Sicherheit!

Ihr Menüservicedienst! – Warum wir?



- Wir liefern an 365 Tagen im Jahr Ihr Wunschgericht
- Preiswert, frisch und heiß gebracht
- Keine Mindestabnahme – kein Vertrag
- Bestellungen telefonisch, online oder direkt bei Lieferung
- 6 verschiedene Gerichte pro Tag zur Auswahl

NEUKUNDENAKTION
 bis zum 31.12.2022
 2 Menüs für 6,99 € /
 bitte Gutscheincode
 „200“ angeben

Wer macht das?
DasDies macht das!
www.dasdies.de
 Kostenlose Beratung unter 0800 4800060

Tag Tagespflege Lessing

Tagespflege Lessing hat wieder Plätze frei!

Sie sind pflegender Angehöriger und müssen tagüber etwas erledigen oder brauchen einfach mal eine kleine Auszeit? Dann sind Sie bei uns richtig. Unser Angebot der Tagespflege entlastet Sie als Angehörigen stundenweise für ein oder mehrere Tage in der Woche. Sei es, dass Sie einer beruflichen Tätigkeit nachgehen, selbst krank sind oder einfach ab und an ein paar Stunden Zeit für sich selbst haben möchten.

Denn wir wissen nur zu genau, dass Sie als pflegender Angehöriger häufig vor einer schweren Aufgabe stehen. Zum einen wollen Sie für die Betreuung und Pflege Ihres pflegebedürftigen Familienmitglieds genügend Zeit einbringen, zum anderen müssen Sie den Aufgaben in der eigenen Familie und möglicherweise im Beruf nachkommen. Schnell werden dann die persönlichen Belastungsgrenzen erreicht.

Doch das muss nicht sein! Mit unserem Angebot der Tagespflege in Bergkamen bieten wir Ihnen eine Möglichkeit, dass Ihre hilfsbedürftigen, älter gewordenen Angehörigen möglichst lange in der eigenen Wohnung wohnen, bleiben können und tagüber in einer angenehmen Atmosphäre gut versorgt werden und Gesellschaft finden. Dadurch wird die häusliche Pflegesituation entlastet und eine Unterbringung in einem Pflegeheim vermieden.

Sprechen Sie uns an! Gerne beraten wir Sie in einem persönlichen Gespräch individuell zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen. Bei der Beratung nehmen wir uns Zeit für Sie, um gemeinsam zu klären, welche Hilfen notwendig sind und wie diese finanziert werden können.

Haben Sie schon von unserer Tagespflege gehört?

Vereinbaren Sie gerne schon heute einen kostenlosen Probetag!
 Sie erreichen uns unter: 0 23 07 / 98 353 20

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Tagespflege Lessing
 Lessingstr. 108 • 59192 Bergkamen

info@pflegelessing.de
 www.tagespflege-lessing.de

Blattgold für den Garten

Obstbäume vorbereiten, spektakuläres Herbstfest pflanzen

Erfahrene Gartenbesitzer wissen: Äpfel, Kirschen und Pflaumen aus eigener Ernte schmecken am besten. Damit die Ernte im neuen Jahr hält, was sich die Freizeitgärtner erhoffen, kommt es auf die richtige Winterpflege an. Mit einem kräftigen Rückschnitt erhalten die Obstbäume die Grundlage für ein starkes Wachstum.



Wer nicht nur im Frühling und Sommer einen bunten Garten haben möchte, der sollte bei der Gartengestaltung auch an Gehölze denken. Denn eine Vielzahl überrascht mit einem eindrucksvollen Wechsel von Grün zu Rot, Orange oder Gelb.

Junge Bäume kräftig kappen

Viel hilft viel – auf diesen kurzen Nenner lässt sich die Empfehlung für den Obstbaumschnitt bringen. Denn Gartenfreunde brauchen dabei nicht zimperlich vorzugehen, sondern können die Äste insbe-

sondere bei jüngeren Bäumen gerne um bis zu zwei Drittel kürzen. Etwas anders verhält es sich mit dem Altbestand. Er neigt zu sogenannten Wasserschossern – dünne Triebe, die keine Früchte tragen. Bei älteren Bäumen ist es daher wichtig, die Äste nicht zu stark zu kürzen, sondern die Krone auszulich-

ten und lose Zweige im oberen Bereich zu beseitigen“, erklärt Gartenexperte Jens Gärtner. Darüber hinaus weist er auf das richtige Timing hin.

„Der November ist ein guter Zeitpunkt für den Obstbaumschnitt, bei entsprechender Witterung lässt sich die Pflege auch noch bis in den Februar hinein nachholen. Dünne Zweige dienen gehäckselt als Material für Kompost, Hochbeete oder die Beetabdeckung. Dickere Äste lassen sich trocknen und später beispielsweise für eine Feuerstelle oder den Ka-

min als Brennmaterial nutzen. Über eine Totholz-Ecke im heimischen Garten freuen sich wiederum Igel, die ein Winterquartier suchen.

Gehölze mit starker Herbstfärbung

Die Liste von Gehölzen mit intensiven Laubfarben ist umfangreicher, als man vielleicht meinen mag. Daher ist es ratsam, sich mit einer Landschaftsgärtnerin oder einem Landschaftsgärtner zusammenzutun. Die Profis kennen das Sortiment und beraten professionell, welcher Baum in seinem



Der Amberbaum (*Liquidambar styraciflua*) Foto: BGL

Wuchsverhalten und Format zum Stil des Gartens, zur Bodenqualität und überhaupt zum gewünschten Standort passt.

Flammende Töne bringt die Kupfer-Felsenbirne (*Amelanchier lamarckii*) auf die Bühne des Herbstes. Mit einer Melange aus Gelb-, Orange- und Rottönen zieht sie in den Bann. Im Frühjahr kleidet sie sich dagegen in einem Traum aus weißen Sternblüten und bringt den Garten zum Leuchten.

Weitere schöne Gehölze mit imposanter Herbstfärbung sind Amberbaum (*Liquidambar styraciflua*), Hainbuche (*Carpinus betulus*), Lebkuchenbaum (*Cercidiphyllum japonicum*), Feldahorn (*Acer campestre*), Schönfrucht (*Callicarpa giraldii*) und Ginkgo (*Ginkgo biloba*). Sie schaffen in der vorletzten Jahreszeit ein eindrucksvolles Gesamtbild hinter und auch vor dem Haus.

Warme Farben für die tristeren Tage

Das große Interesse an intensiver Herbstfärbung mag auf den

ersten Blick etwas irritieren. Immerhin werden die Farben Rot, Orange und Gelb von vielen Gartenbesitzern eher kritisch beäugt – zu auffallend, zu grell, zu intensiv. In Bezug auf das herbstliche Laub können die Farben häufig jedoch nicht intensiv genug sein.

„Grund dafür ist die meist eher graue Stimmung während der Herbsttage, die vielen aufs Gemüt schlägt. Hinzu kommt, dass sich der Großteil der Pflanzenwelt bereits auf den Winter vorbereitet, verwelkt und vertrocknet. Die Tage sind kurz, die Nächte lang. Als Kontrast dazu sind fröhliche und warme Töne im Garten häufig besonders erwünscht“, weiß Dr. Michael Henze vom Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau e. V. (BGL). „Die Herbstfärbung eines Baumes ist übrigens nicht in jedem Jahr gleich stark ausgeprägt. Ausschlaggebend ist das Wetter. Warme, sonnige Tage in Kombination mit kalten Nächten intensivieren den Farbton.“ (dji/djd/BGL)

Präventionssport beim HSC

Präventionskurse sollen die Versicherten an einen gesunden Lebensstil heranführen.



Foto: HSC

Krankenkassen übernehmen die anteiligen oder gesamten Kursgebühren, wenn der/die Versicherte mindestens zu 80 Prozent an den jeweiligen Kurs teilgenommen hat. Im Kurs werden die jeweiligen Fähigkeiten zu einer gesunden und ausgeglichenen Lebensführung erlernt, so wie es der „Leitfaden Prävention“ vorsieht. Wer an einem Gesundheitskurs teilnehmen möchte, kann man sich an die Gesundheitsportabteilung des Holzwickeder Sport Club e.V. (HSC) wenden. Termine und Kursorte erfährt man aus dem zwei Mal pro Jahr erscheinenden Programmheft oder über die Internetseite www.hsc-holzwickede.de/gesundheitssport

Meist erstrecken sich die Gesundheitskurse über acht bis zwölf Wochen. Spezielle Ferien- oder Abendkurse ermöglichen es auch Berufstätigen oder Schülern, ganz aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Es gibt wöchentliche Handouts der jeweiligen Kursinhalte, damit das Erlernte zu Hause aufgefrischt bzw. vertieft werden kann. Das aktuelle Programmheft kann gerne unter Tel. 02301-9450377 angefordert werden. Weitere Infos unter hsc-werbinsky@gmx.de.

Holzwickeder SC e.V.
Abteilung Gesundheitssport
www.hsc-holzwickede.de/gesundheitssport

Zertifizierte Präventionskurse nach §20 SGB V
In Holzwickede

- mittwochs, Paul-Gerhardt-Schule, 19.00 Uhr
- mittwochs, Geschäftsstelle HSC, 9.30 u. 10.30 Uhr
- montags, Begegnungsstätte, 13.30 u. 14.30 Uhr
- dienstags, Paul-Gerhardt-Turnhalle, 19.30 Uhr
- donnerstags, HSC-Geschäftsstelle, 9.30 u. 10.30 Uhr

Erstattung der Kursgebühr bis zu 100% möglich
Infos und Anmeldungen ab sofort unter 02301/9450377
oder hsc-werbinsky@gmx.de

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

Alle Jahre wieder: Weihnachtsausstellung bei Garten Möbel & Ambiente in Lüdinghausen

In den Vorjahren sorgte die Winterwelt auch über die Grenzen des Münsterlandes für zahlreiche Besucher*innen und echte Begeisterung.



Auch in diesem Jahr werden individuelle Themenwelten stimmungsvoll inszeniert und dekoriert. Hinter den aufwendig bemalten Schaufenstern erwartet die Kund*innen auf rund 1.000qm sechs verschiedene Themenwelten, die mit gekonnt kombinierten Weihnachts- und Wohnaccessoires bereits jetzt Vorfreude auf die Winterzeit aufkommen lassen.

Neben beliebten Deko-Elementen wie Kerzen, Kugeln und Kränzen wagt das Team um Inhaber Sebastian und Nina Budde auch immer wieder Neues. So sorgen klassisches Rot und moderne Beerentöne, aber auch Materialien wie Holz und Beton für spannende Kontraste, die immer wieder neu inspirieren. Von puristischer Deko im schwarz-weißen Scandi-Look über Rentiere in Edelmetalle bis zum klassischen Christbaumschmuck ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Das Team von **Gartenmöbel & Ambiente** freut sich auf Sie!

Gartenmöbel & Ambiente
Besuchen Sie unsere Weihnachtsausstellung mit vielen liebevoll kreierten Deko- & Geschenkideen
Industriestraße 16 in Lüdinghausen
Mo - Fr 10.00 - 18.30 Uhr
Sa 10 - 16 Uhr

WIR MACHEN IHRE GERÄTE FIT
RUFEN SIE UNS AN

AGRAVIS
Lenne-Elpe GmbH
Ruhstraße 19
58730 Fröndenberg
Telefon 02373 97780
www.agravis-technik.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

Kerzenschein und Blumengruß

Rituale zu Totengedenktagen

Ganz besonders zu den Totengedenktagen wie Allerheiligen, Allerseelen oder dem Totensonntag wird uns bewusst, wie sehr der Verlust schmerzt, den wir durch den Tod eines lieben Angehörigen oder guten Wegbegleiters erleiden. Der Gang zum Friedhof ist für viele Hinterbliebene eine Gelegenheit stille Zwiesprache zu halten und sich durch spezielle Rituale ganz nah mit dem Verstorbenen zu fühlen.



jahr hinein zu kriechen. Da es nun kälter wird, wählen Sie am besten Pflanzen aus, die niedrige Temperaturen oder sogar leichten Frost aushalten. Klassiker sind Alpenveilchen, Christrosen, Chrysanthenen, Stiefmütterchen und Hornveilchen oder auch Kissen-Astern. Zudem können Sie bereits

jetzt Blumenzwiebeln für das Frühjahr 2023 setzen. Traditionell werden die Gräber im November zu den Feiertagen auf den Winter vorbereitet. Hierzu können Sie beispielsweise das Grab komplett mit Rindenmulch abdecken. Haben Sie winterharte Boden-decker gepflanzt, sollten Sie diese möglichst nicht abdecken.

Als besonderer persönlicher Gruß werden ab November Kränze und Gestecke auf das Grab gelegt. Wer hier selbst Hand anlegen möchte, kann im Herbst Nadelzweige, Holzstücke oder Moos, Hagebutten, Tannenzapfen oder Eicheln sammeln und diese zu einem dekorativen Gesteck verarbeiten. Wer lieber machen lässt, der sollte sich vertrauensvoll an die Blumengeschäfte in seiner Nähe wenden.

Grabpflege vom Profi

Friedhofsgärtner verwandeln im Herbst so manches Grab in ein kleines Kunstwerk. Mit individuell und aufwendig gestaltetem Grab-schmuck setzen sie dabei Akzente. „Als Grundlage für Kränze und Gestecke verwenden wir oft Tannenzweige, Wacholder, Moos, und andere Exoten. Diese bleiben auch bei Wind und Wetter lange attraktiv“, erklärt der stellvertretende BdF-Vorsitzende und Friedhofsgärtner aus Kiel, Ralf Kretschmer. Die Experten für schöne Gräber gehen dabei auch gerne auf die individuellen Wünsche und Vorstellungen ihrer Kunden ein. „Beispielsweise können die Lieblingsblumen des Verstorbenen in Gestecke oder auch in die Grababdeckung eingearbeitet werden“, weiß Ralf Kretschmer zu berichten.

Steine, Platten und Co.

Neben der Bepflanzung sind natürlich Steine, Stelen, Steinumrandungen, Grabplatten sowie Figuren, Grablichter und Laternen wichtige Gestaltungselemente für eine Grabstätte. Der Fantasie der Angehörigen setzt maximal die örtliche Friedhofsordnung einige kleine Grenzen. In Sachen Material, Farbe, Formen, Verzierungselemente sowie Design und Gravur helfen Ihnen gerne die Profis aus dem Steinmetz-handwerk weiter. (dzi/GdF)

Kaufen und verwalten

Immobilienprofis, die Ihnen das Leben leichter machen



Illustration: Mohamed Hassan/ Pixabay

Wer auf der Suche nach den eigenen vier Wänden ist oder als Mitglied einer Wohnungseigentümergesellschaft bzw. als Eigentümer eines Mehrfamilienhauses einen Profi sucht, der einem Arbeit abnimmt: Makler:innen sind rund um Immobilienfragen Ansprechpartner Nr. 1.

Immobilienportale durchforsten, Anbieter abtelefonieren und Termine koordinieren ist nicht so Ihr Ding? Dann legen Sie die Suche nach Ihrer Traumimmobilie in die Hände eines Maklers. Denn dieser kennt nicht nur die ortsüblichen Vor- und Nach-

teile, sondern verfügt auch über das Know-how, das Objekt fachkundig beurteilen zu können. Makler:innen filtern bei ihrer Suche in Ihrem Auftrag bereits das Angebot kritisch und stellen Ihnen Objekte vor, die Ihren Wünschen entsprechen.

Stichwort Hausverwaltung

Wer vor allem Wohnungseigentümergesellschaften (WEG) Arbeit erspart, ist eine professionelle Hausverwaltung, die sogar im Wohnungseigentumsgesetz vorgeschrieben ist. Oftmals beauftragen WEG externe Dienstleister mit den verwaltungstechnischen Aufgaben. Was genau ein:e Hausverwalter:in machen soll, legen die Vertragsparteien gemeinsam fest. Man kann hier zwischen der kaufmännischen und der technischen Verwaltung unterscheiden. Übrigens arbeitet so mancher Immobilienverwalter auch

MERTIN Immobilien seit 1975

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

gleichzeitig als Makler, sodass es einen Ansprechpartner für die gesamte Betreuung eines Miethauses gibt.

Technische Hausverwaltung

Technische Verwalter stellen sicher, dass z.B. die Heizung einwandfrei funktioniert, regeln die Instandsetzung und übernehmen die Arbeit von Dienstleistern. Sie organisieren auch Hausmeister und führen nach Absprache mit der WEG Modernisierungen durch. Da ein Gewerbeschein und ein Führungszeugnis ausreichen, um als Verwalter tätig zu werden, lohnt sich z.B. ein Blick auf www.vdiv.de des Verbands der Immobilienverwalter Deutschland e.V., wo Sie nicht Verwalter finden können, sondern auch mehr über die Zertifizierung erfahren, die ab dem 01.12.2023 vorgeschrieben ist. (hs)

Kaufmännische Verwaltung

Der Verwalter kümmert sich um Aufgaben wie Buchführung, das Prüfen von monetären Vorgängen oder die Verwaltung der Mietzinsen. Auch das Anmahnen säumiger Mieter sowie das Erstellen der Nebenkostenabrechnungen zählt zu typischen Tätigkeiten. Zudem kümmern sich kaufmännische Hausverwalter um die Bezahlung anfallender Kosten sowie die Beauftragung und Zahlung von Versorgungsleistungen wie Abfall, Wasser und Strom.

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

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, Herme, Mendern, 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 73 - 39 51 818
Mobil: 0170 - 7 30 47 09

KERAKI Naturstein
MEISTERBETRIEB



atk
Bergkamen-Weddinghofen
Am Hauptfriedhof 6
Telefon: 0 23 07 - 6 93 50
E-Mail: keraki@t-online.de
www.naturstein-keraki.de

Grabmale und Skulpturen

Armonat Bestattungen
Inh. Frank Armonat

24-Stunden-Sammelruf:
02307 - 280505

Bestattungshaus Göttker
Robert-Koch-Straße 71
59174 Kamen

Bestattungen Grundmann
Husener Straße 80
44319 Dortmund

Bestattungen Armonat
Friedrich-Ebert-Straße 106
59425 Unna

www.armonat.de

- * Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- * Überführungen im In- und Ausland
- * Erledigung aller Formalitäten
- * Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten
- * Eigener Trauerdruck
- * Eigener Abschiedsraum

Jetzt 2x in Unna

WOOLWORTH®
GROSSE NEUERÖFFNUNG
10.11.2022
NEUE MÜHLE/MÜHLE BREMME
Bahnhofstraße 48, 59423 Unna

„NIKE“ Damen Hoodie
55 €
25 €

„NIKE“ Damen Jogginghose
45 €
25 €

Edelstahl-Wasserkocher
Automatische Abschaltung, 360° drehbar
1,8 Liter Fassungsvermögen
1800 Watt
8 €

„Mr. Magic“ Mixer
Zum Mixen, Rühren, Zerkleinern, Mahlen, Hacken, Schlagen, Pürieren und Aufbewahren, inkl. Mixbecher 500ml und Frische-deckel
400 Watt
39,99 €
15 €

HOME DISCOUNT
UNSER KAUFHAUS IN DER MASSENER STRASSE FEIERT MIT!
39423 UNNA, MASSENER STR. 20A, 59423 UNNA

Überall in Deutschland. Zuhause in Unna.
Woolworth-Deutschland-Zentrale,
Direkt am Kamen Karree.

JETZT BEWAHREN SICHER NICHT!



Zeitarbeit als Chance

Was Sie zu diesem Arbeitsverhältnis wissen sollten

Zeitarbeit ist für viele deutsche Unternehmen ein unverzichtbares Instrument der Personalplanung. Das moderne Arbeitsverhältnis, bei dem Arbeitnehmende einen regulären Arbeitsvertrag erhalten, bietet viele Vorteile.

Zunächst bedeutet Zeitarbeit eben genau das, also „Arbeiten auf Zeit“. Eine Arbeitnehmerin oder ein Arbeitnehmer hat einen Arbeitsvertrag mit einer Verleihfirma geschlossen, die ihn oder sie befristet bei einem oder mehreren Kunden ein-

setzt. Deshalb wird Zeitarbeit auch als „Arbeitnehmerüberlassung“ bezeichnet. Der Mitarbeitende ist meistens bei dem Personaldienstleister fest angestellt und verfügt über einen ganz normalen Arbeitsvertrag. Viele Zeitarbeitnehmende erhalten also auch Urlaub, Lohnfortzahlungen und die üblichen Sozialleistungen.

Rechtliche Rahmenbedingungen

Leiharbeitnehmer haben grundsätzlich ab dem ersten Tag dieselben Rechte und Pflichten wie vergleichbare Beschäftigte des Ent-

Wir suchen zum nächstmöglichen Termin
einen **Auszubildenden m/w/d**
Zusätzlich stellen wir ein und lernen an **Geräteführer m/w/d**
und **Tiefbauer m/w/d** im Brunnenbau

STUCKMANN Erdwärme Tiefbohrungen
Wasserversorgung Brunnenbau
Beregnungsbrunnen

Wir sind zertifiziert nach W120 1 und 2

stuckmann GmbH
Tel.: 02922 / 5322
stuckmann-brunnenbau.de

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern!

leihers. Das betrifft wesentliche Arbeitsbedingungen wie zum Beispiel Lohnfortzahlung im Krankheitsfall oder Urlaubsanspruch. Arbeiten Sie längere Zeit am Stück bei demselben Kunden, steht Ihnen in der Regel nach neun Monaten dasselbe Gehalt zu wie der Stammebe-

leihers.

Wo werden Zeitarbeitende eingesetzt?

Zeitarbeitende führen häufig einfache Hilfsarbeiten aus. Im Allgemeinen gibt es jedoch in fast allen Branchen und für alle Qualifikationsstufen Zeitarbeitsmöglichkeiten. Besonders häufig arbeiten Zeitarbeitskräfte in der Metall- und Elektrobranche sowie in den Bereichen Verkehr, Logistik, Schutz und Sicherheit. Die Arbeitsagentur geht jedoch davon aus, dass in Zukunft der Anteil von Zeitarbeitskräften auch in Berufen der Dienstleistungsbranche steigen wird.

Für wen kommt Zeitarbeit infrage?

Wer gering qualifiziert oder arbeitslos ist, für den bietet Zeitarbeit viele Chancen. Denn es ist einfacher eingestellt zu werden, als bei einem unbefristeten Job. Gleichzeitig kann man sich qualifizieren, Berufserfahrung sammeln sowie sein berufliches Netzwerk ausbauen. Durch Zeitarbeit haben Sie die Chance, bei einem Unternehmen einen Fuß in der Tür zu haben und vielleicht sogar übernommen zu werden. In dem Fall klappt der Übergang zur nächsten Arbeitsstelle meist schneller. (dzi/Agentur für Arbeit)

Kleinbusfahrer (m/w/d) ab sofort
Führerscheinklasse B, D1 oder D
oder **Begleitperson (m/w/d)**
ca. 15–25 Std. Woche, Minijob oder Gleitzone
Mo.–Fr. 6.30–8.00 und 14.30–16.00 Uhr
Bus steht beim Fahrer. Kosten für erforderliche Qualifikationen werden von uns übernommen. Fahrgastbeförderung von Ihrem Wohnort zu den Heilweg-Werkstätten.
Bewerbung bitte schriftlich:
Logo Bus GmbH
Hibemiastraße 4, 45879 Gelsenkirchen
Mail: bewerbung@logobus.de
www.logobus.de

Weltklasse lernen
Ausbildung bei BEGA



bega.com/ausbildung

Hochwertige Leuchten „Made in Germany“ aus Menden – dafür steht BEGA. Unsere Produkte sind Weltklasse – und das Team dahinter ist es auch!

Zum 01.08. 2023 suchen wir Auszubildende (m/w/d) in folgenden Berufen:

- **Industriemechaniker**
Fachrichtung Produktionstechnik
- **Elektroniker**
Fachrichtung Betriebstechnik
- **Zerspanungsmechaniker**
Fachrichtung Drehtechnik
- **Zerspanungsmechaniker**
Fachrichtung Frästechnik
- **Technischer Produktdesigner**
Fachrichtung Maschinen- und Anlagenkonstruktion
- **Werkzeugmechaniker**
Fachrichtung Stanz- und Umformtechnik
- **Verfahrensmechaniker**
für Beschichtungstechnik
- **Fachkraft für Lagerlogistik**
- **Mediengestalter Digital und Print**
- **Industriekaufleute**

Überbetriebliche Lehrgänge und Seminare, eigene Lehrwerkstatt? Bei uns selbstverständlich! Unsere Ausbilder sorgen für die optimale Vorbereitung auf alle Prüfungen.

Wir sind ein Team! Dieser Gedanke steht bei uns im Vordergrund. Gemeinsam etwas bewegen und Spaß an der Arbeit – das treibt uns alle an.

Wir erwarten für die **gewerblichen Ausbildungsgänge** Bewerber/-innen mit handwerklichen Fähigkeiten, gutem technischen Verständnis, hoher Sozialkompetenz und einem ausgeprägten Lernwillen. Wir setzen eine mindestens gute Fachoberschulreife voraus. Bitte fügen Sie Ihrer Bewerbung einen handgeschriebenen tabellarischen Lebenslauf bei.

Für den **kaufmännischen Bereich** sind gute analytische Fähigkeiten und eine hohe Sozialkompetenz wichtige Grundvoraussetzungen. Zudem punkten Sie mit einer mindestens guten Fachoberschulreife.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung – online unter www.bega.com/ausbildung
BEGA Gantenbrink-Leuchten KG - www.bega.com

Schon mal über Psychiatrie nachgedacht?

Wir in der LWL-Klinik Dortmund bilden Pflegefachpersonen aus. Ein total wichtiger Job.



Bewirb Dich jetzt für die neuen Kurse im Februar.

Dean A.
Pflegerische Stationsleitung beim LWL-PsychiatrieVerbund

LWL

Lerne uns jetzt in Dortmund kennen!

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 2023 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

Die PVS®
Westfalen-Süd rKv
Ärztliche Gemeinschaftseinrichtung



Viktor Tuxhorn

Ein westfälischer Expressionist

Die aktuelle Ausstellung im Museum Haus Opherdicke widmet sich seit dem 9. Oktober Victor Tuxhorn (1892–1964). Erstmals stellt der Kreis Unna umfassend in einer Retrospektive das Werk Tuxhorns mit vielfältigen Leihgaben aus Privatbesitz aus. Sie ist bis zum 19. Februar 2023 zu sehen und findet in Kooperation mit dem Herforder Kunstverein im Daniel-Pöppelmann-Haus e.V. und dem Freundeskreis Victor Tuxhorn e.V., Bielefeld, statt.

Victor Tuxhorn gehört zur ersten Generation der Künstler:innen des „Westfälischen Expressionismus“ und ist eine zentrale Figur der westfälischen Kunstszene. Beeinflusst von den Malereien von Vincent van Gogh und Paul Cézanne schuf Tuxhorn ein bedeutendes Werk mit lokalem Bezug zu Ostwestfalen. Er studierte an der Kunstgewer-

beschule in Bielefeld bei Ludwig Godewols und gründete 1909 mit Peter August Böckstiegel, Heinz Lewerenz, Erich Lossie, Ernst Sagewka und Max Westhäuser die Künstlervereinigung Rote Erde. Die Künstlervereinigung zeigte das Interesse an Darstellungen ihrer Heimat. Von 1921–1923 studierte Victor Tuxhorn an der Kunstakademie Dresden bei Richard Dreher und setzte sich früh mit unterschiedlichen druckgrafischen Techniken auseinander. Besonders häufig entwickelte er Holzschnitte mit Motiven aus seinem privaten Umfeld. In der Tradition des Expressionismus stellte er die Motive abstrahiert, bunt, grob und flächig dar. Kontinuierlich hat er charakteristische Sehenswürdigkeiten verschiedener Städte und Landschaften dargestellt.

1937 wurden im Zuge der Aktion „Entartete Kunst“ einige seiner Werke aus dem Städtischen Kunst-



Boote im Meer, 1953, 60,5 x 73,0 cm, Öl auf Leinwand, Privatbesitz.

haus Bielefeld und der Städtischen Kunstsammlung Gelsenkirchen beschlagnahmt. Im gleichen Jahr beantragte er die NSDAP-Mitgliedschaft und war ab 1941 für einige Zeit Presseamtsleiter im Ortsverband Ludde. Nach dem Zweiten Weltkrieg fokussierte sich Victor Tuxhorn auf Blumenstillleben und Landschaftsbilder aus Südtal- und der Nordsee.

Rahmenprogramm im November

Die Ausstellung wird von einem Veranstaltungsprogramm begleitet. Am Mittwoch, 16. November um 20 Uhr ist das Theaterstück „Name: So-

phie Scholl“ inszeniert von Kirsten Ullrich-Klostermann zu sehen. „Ich heiße Sophie Scholl. Und da fängt das Problem auch schon an [...] Sophie Scholl, wie Sophie Scholl“ Nur zufällig trägt eine junge Jurastudentin im 21. Jahrhundert denselben Namen wie die bekannte Widerstandskämpferin. Und eben diese Studentin wird in ein Betrugsverfahren verwickelt, in dem ihr Mut und ihre Zivilcourage auf eine harte Probe gestellt werden.

Am Donnerstag, 24. November, folgt um 16 Uhr der Vortrag „Victor Tuxhorn und der Nationalsozialismus“. Weitere Infos: museum-haus-opherdicke.de.

„LOL – Das Comedy Start-up“

Neue Stand-up Show in Bergkamen



Logo: Stadt Bergkamen

„LOL – Das Comedy Start-up“ kommt jetzt auch nach Bergkamen! Werdet zur Comedy Spürnase und entdeckt bei der LOL-Show am Freitag, 25. November, um 20 Uhr im neuen Veranstaltungsraum des Stadtmuseums vielleicht schon die Stars von morgen!

Das Format gibt jungen und talentierten Künstler:innen eine Bühne und soll sie nachhaltig

aufbauen. Die Show wird immer mit drei bis vier Künstler:innen besetzt, wobei einer oder eine auch durch den Abend führt.

So haben bereits Luke Mockridge, Abdelkarim, Quichotte, Bastian Bielendorfer, Miss Allie, Simon Stäblein, Enissa Amani, Benaissa Lamroubal (Rebell-Comedy), Maxi Gstettenbauer u.v.a.m. in ihrer Anfangszeit auf der Bühne dieser Show gestanden. Allein diese Namen beweisen, dass bei der LOL-Show zwar Newcomer*innen auf der Bühne stehen, sich das Blatt jedoch schnell wenden kann, wenn die Künstler*innen auf einmal durchstarten.

Tickets gibt's für 12 Euro (ermäßigt 9 Euro) bei der Stadt Bergkamen. Kartenvorbestellung unter Tel. 02307/965-464 sowie unter <https://tickets.bergkamen.de>. Website: www.lol-comedy.de

Bruno „Günna“ Knust

Sichern Sie sich Ihr Ticket!

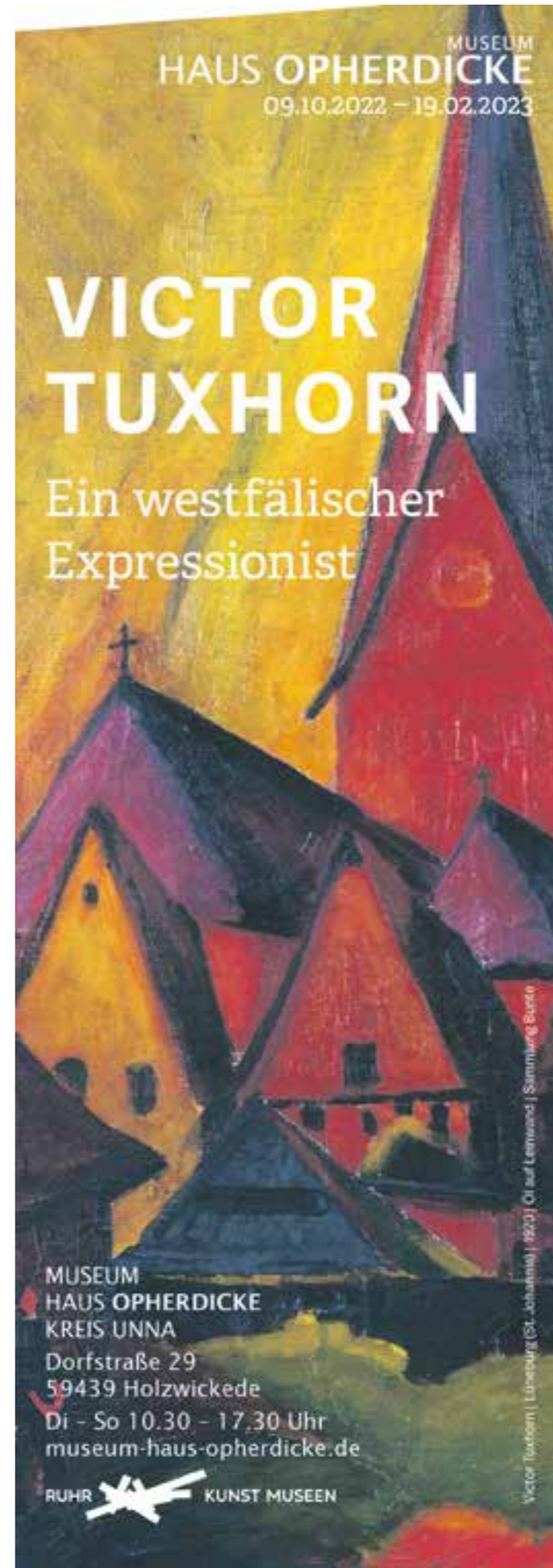
Keine Spirenzken macht Bruno „Günna“ Knust, wenn er in seinem Tournee-Programm das Weltgeschehen in all seinen Facetten und besonders seine Auswirkungen aufs Revier beleuchtet und zur Freude des Publikums auch erleuchtend kommentiert. Dies tut auch, wenn er am Sonntag, 27. November, um 19 Uhr in der Stadthalle Unna zu Gast ist.

Immer aktuell und am Puls der Zeit brilliert er mit Witz, Spontaneität, Improvisationstalent und seiner legendären Schlagfertigkeit. Mit (s)einem oft unkonventionellen Blick auf das Leben überrascht er immer wieder aufs Neue und liefert für schwierige Lagen auch gleich handfeste und ohne Spirenzken umzusetzende Lösungsvorschläge. So spannt er in diesem Programm einen weiten Bogen, zieht mit der ihm eigenen Leichtigkeit neben liebgewonnenen Klassikern neu-



Foto: Stadtmaking Unna

este „Günnaerien“ aus dem Ärmel und streut, wo es passt, gern auch die ein oder andere kurze Stegreifgeschichte mit seinen herrlichen Klappmaulpuppen ein. Wer „Günna“ kennt, weiß, dass jeder Abend ein Unikat ist und das Risiko eines Muskelkaters aller beim Lachen aktiven Muskeln extrem hoch ist – allen anderen sei an dieser Stelle eine erste Live-Erfahrung mit „Günna“ dringend empfohlen. Tickets gibt's für 35 Euro im i-Punkt Unna und bei www.reservix.de



Der Kreis Unna veranstaltet regelmäßig Konzerte im MUSEUM HAUS OPPERDICKE



Dorfstraße 29 | 59439 Holzwickede

Die nächsten Termine für 2022:

Buntes Weihnachtsprogramm im Spiegelsaal

- Sonntag | 11.12.2022
14.00 Uhr | Jan und Jules Weihnachtswunder
Andrea und Tom Daun | Lesung von Kindermärchen mit musikalischer Harfenbegleitung
- 17.00 Uhr | Tom Daun | We wish you a merry Christmas | Weihnachtliches Harfenkonzert
- 20.00 Uhr | Christoph Scheeben | Bariton
Peter Dornick | Klavier
„Ein bunter Weihnachtskonzertpotpourri!“

Eintritt 15 € zuzüglich 1 € Ticketgebühr, zuzüglich 7 % Vorverkaufsgebühr | RUHR.TOPCARD 50% Ermäßigung auf den Eintrittspreis. Jan und Jules Weihnachtswunder 7 € zuzüglich Gebühren.

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

Von der Pflanze zur Farbe

Kulturrucksack-Projekt in der JKS

In diesem Kulturrucksack-Projekt, das am 5. und 6. November jeweils von 10 bis 14 Uhr stattfindet, erstellen die Teilnehmenden im Alter von zehn bis 14 Jahren einzigartige Farben aus Pflanzen und schaffen daraus ebenso einzigartige Kunstwerke. Die Teilnahme ist kostenlos! Anmeldung bei der Jugendkunstschule Unna, julia.weber@stadt-unna.de oder Tel. 02303/961220.

Schon vor vielen Jahrhunderten, als es noch keine chemischen Herstellungsverfahren gab, haben unsere Vorfahren aus Pflanzen Farben gewonnen. Sie wurden zum Färben von Wolle und Stoffen für Kleidung genutzt, aber auch um daraus Malfarben für Künstler herzustellen. Diese wurden z.B. zu flüssigen Aquarellfarben verarbeitet, oder soweit getrocknet, dass die Pigmente als Pulverfarbe genutzt werden konnten. In der Natur kann

man viele unterschiedliche Pflanzen oder Pflanzenteile finden, aus denen Pflanzenfarben hergestellt können, wie z.B. Blüten, Blätter, Wurzeln, Gemüse, Früchte, Rinden und diverse Nusschalen, Flechten und Moose. Mit dieser Vielfalt lassen sich viele unterschiedliche Pflanzenfarben gewinnen. In diesem Projekt werden mit unterschiedlichen Verfahren die Pigmente aus den Pflanzenteilen gelöst und auf die Probe gestellt. Es wird gesammelt, gekocht, geschnitten, gemörsert, lasst euch überraschen!

Viele Gestaltungsmöglichkeiten können experimentell und individuell erprobt werden: Ob aquarellierende Malerei, kleine Serien, ob Landschaftsgemälde, Waldgeister, Wiesenfeen, Verborgenes und Verwünschenes – taucht ein in die spannende Welt der Pflanzenfarben und lasst eurer Phantasie freien Lauf!

Poesie, Psychiatrie, Gedichte und Mutmach-Musik in der LWL-Klinik

Am Dienstag, 22. November, um 19 Uhr ist ein besonderes Künstler-Duo in der LWL-Klinik Dortmund zu Gast.

Im Rahmen der Landhaus-Lesungen kommen Tabea Farnbacher und Florian Wintels. Tabea Farnbacher ist Bundespreisträgerin junger Autor:innen, Lyrikerin und Psychologin. Florian Wintels ist Autor, Musiker und Kabarettpreisträger. Die beiden machen Spaß – aber nicht nur.

Gemeinsam gestalten sie einen literarischen, musikalischen und unterhaltsamen Abend rund um das Thema psychische Gesundheit. Ob Lieder über Zweifel, Gedichte über Grübelspiralen oder Gespräche über Kreativität und Antrieb – es geht um die Frage, wie sich eine Sprache für das Finden lässt, was uns oft sprachlos macht. Wie immer bei den Landhaus-Lesungen, die inzwischen seit über zehn Jahren eine feste Größe



Foto: privat

Tabea Farnbacher und Florian Wintels laden zum Lachen, zum Grübeln und zum Wohlfühlen ein.

Im Veranstaltungsangebot der LWL-Klinik Dortmund sind, können die Besucher:innen mit den Künstler:innen ins Gespräch kommen.

Aufgrund von Umbauarbeiten am Veranstaltungszentrum wfindet die Lesung in der Auferstehungskirche auf dem Klinikgelände statt. Eintritt: 6 Euro



DAS RUHRICAL

RUHRPOTT MUSICAL

DAS GANZE RUHRGEBIET IN EINEM MUSICAL

SPIELOORTE:
WITTEN / UNNA
CASTROP-RAUXEL

TICKETS & TERMINE
www.radioruhrpott.de







**FACHKRAFT FÜR
LAGERLOGISTIK (M/W/D)**

**BERUFSKRAFTFAHRER
(M/W/D)**

**FACHLAGERIST
(M/W/D)**

**KAUFLERLEUTE FÜR GROSß-
UND AUßENHANDELS-
MANAGEMENT (M/W/D)**

**DU BIST EIN FOODLOVER?
DANN BEGINNE JETZT DEINE
AUSBILDUNG BEI UNS!**

online:
www.egv.de

schriftlich:
EGV Lebensmittel für Großverbraucher AG
Linda Klose • Werler Straße 42 •
59423 Unna

WhatsApp:





Haben Sie Fragen
oder möchten Sie einen
Termin vereinbaren?



www.jobcenter-kreis-unna.de

