

HELLWEG

info

Informations-Zeitschrift von Wickede bis Brackel

Foto: djd/Verlag Peter Jentschura/Shutterstock



REISE FACH GESCHAFT

ReiseCenter Brackel

Wir sehen
uns nach
Corona!

WWW.REISEFACHGESCHAFT.DE

Telefonisch sind wir für Sie
weiterhin erreichbar!

DO • Brackeler Hellweg 129 • ☎ 0231 53 10 500

Die nächste Ausgabe erscheint am 05. Juni 2020



Prinzessinnen, Marienkäfer und Cowboys besuchten Gottesdienst

Am 23. Februar verwandelte sich die St. Clemens-Kirche in eine karnevalistische Hochburg. In ihren Kostümen und geschminkt unterstützten die Kinder der KiTa St. Clemens zusammen mit den Erzieherinnen

und Eltern Pfarrer Ludger Keite beim Familiengottesdienst, der ganz im Rahmen von Karneval stattfand. Musikalisch begleitet wurde der Gottesdienst durch die Musikgruppe „Kreuz und Quer“. Fotos: Olaf Eberth

Video Ihr freundlicher Meister-Betrieb in Dortmund-Brackel **TV**

Beratung · Service · Verkauf

Fernseh Sticketel

Inhaber: B. Caspers

Reparaturen von vollautomatischen Kaffee-Espressoautomaten

Brackeler Hellweg 129 (Eingang Hörder Straße)
Tel. 02 31 / 92 53 33 33
www.fernseh-sticketel.de

SAT **HIFI**

VdK-Mitglieder hielten Rückblick auf Ausflüge



70 Mitglieder des Sozialverbandes VdK Brackel lauschten den Ausführungen zu verschiedenen Themen im Vereinslokal „Bei Angelo“.

Dabei ging es zum größten Teil um Fahrten und Ausflü-

ge zu denen Harry Schulz (Berlin-Tour über fünf Tage), Tobias Schlierenkamp (Tagestour Haselünne zum Spargelessen) und Kirsten Janke (Travestie-show Gasthaus Grube) ihren Kenntnisstand mitteilten. Foto: Harry Schulz

Insektenhotels für „Brackel brummt“

Die ersten 15 Häuser sollten auf dem leider abgesagten Info-Aktionstag unter dem Motto Brackel brummt am 28.3.2020 leer für gesponserte 40 Euro verkauft werden.

Die Häuser werden durch mehrere Seiten gesponsert. Der Bezirksbürgermeister Karl-Heinz Czierpka hat eine umfangreiche und sehr informative Internetseite zum Thema Bienenweiden und Insektenhotels ausgearbeitet <http://www.czierpka.de/bienen/hotel1.html>. Der Imkerverein und der Werkhof haben ihre Ideen, Ihr fachliches Wissen zur Verfügung gestellt, die Beispielhäuser bestückt und das Füllungsmaterial, das gesondert am Aktionstag abgegeben werden sollte, gesammelt und präpariert. Gerüstbau Bönninger hat das Ausgangsmaterial günstig zur Verfügung gestellt. Die Tischlerei Jäger hat die Häuser ohne Materialaufschlag und mit weniger als dem Helferstundensatz gebaut.



Und die Bezirksvertretung sponsert die ersten 15 Hotels mit 40 Euro und stellt kostenloses Saatgut zur Verfügung. Die Häuser, die am Aktionstag über die 15 besonders gesponserten Häuser hinaus ange-

boten worden wären, hätten leer 80 Euro gekostet. Dafür werden sie immer noch gerne abgegeben. Die nächste Auflage wird dann für 95 Euro verkauft. Bei Interesse an den leeren Häusern können sich

Interessenten bei der Tischlerei unter 0231-259032 melden. Näheres zur Abgabe des Saatgutes und zum Bezug von Füllmaterial wird nach Klärung noch bekannt gegeben. Foto: privat

Zur Unterstützung unseres Teams suchen wir ab sofort einen qualifizierten Metzger (m/w/d)!

Jetzt Lieferservice nutzen!
Einkufen ganz bequem von zu Hause aus.
Einfach anrufen und Bestellung aufgeben.
Wir bringen's!

REWE DEIN MARKT

- ✗ Frische
- ✗ Qualität
- ✗ Service
- ✗ Auswahl

Gute Gründe für einen guten Einkauf!

Tel.: 0231 - 21 16 55
Wickeder Hellweg 100-104
wickede.02360@rewe-do.de

REWE

Impressum: „Hellweg Info“ erscheint 6 x im Jahr mit einer Auflage von 10.000 Exemplaren und wird an Geschäfte in Brackel, Asseln und Wickede verteilt.

FKW – Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Heinrich-Hertz-Straße 1a, 59423 Unna,
Telefon (02303) 3 01 07-20, Fax (02303) 3 01 07-29,
www.fkwverlag.com

Anzeigen: Evelyn Böving, Tel. (02303) 3 01 07-25, boeving@fkwverlag.com
Frank H.G. Meurer, Tel. (02303) 3 01 07-23, meurer@fkwverlag.com

Es gilt die Preisliste Nr. 4, Januar 2019

Druck: Senefelder Misset, Doetinchem

Anzeigen, Fotos und redaktionelle Inhalte dieses Heftes dürfen nicht ohne unsere Genehmigung weiter verwendet werden.

Mülltrennung – Thema der VdK Versammlung



Klaus Heise (EDG) informierte die Mitglieder über Mülltrennung. Fotos: Harry Schulz



Doof Nuss (Jürgen Wiegand) erntete die Lacher bei der Mitgliederversammlung der VdK.

Im Mittelpunkt der Mitgliederversammlung des Sozialverbandes VdK Brackel im Vereinslokal „Bei Angelo“ stand ein Referat durch den EDG-Mitarbeiter Klaus Heise.

Er berichtete den Mitgliedern über Probleme bei der Mülltrennung und erinnerte an die bundesweit

erste Aktion Dortmunds zur Einführung des dualen Systems. Die so genannte Wertstofftonne gab es zuerst in Dortmund, von dort trat sie den Siegeszug durch die

Republik an. Den Schlusspunkt dieser Veranstaltung setzte „Doof Nuss“ in Form von Jürgen Wiegand, der die Mitglieder zum Lachen brachte.

Tischlerei Arndt Bartel produziert vorübergehend nur eingeschränkt

- Anzeige -

Die Corona-Krise ist derzeit das vorherrschende Thema und kaum ein Bereich in unserer Umgebung bleibt davon unberührt. Auch für die lokalen Handwerksbetriebe sind die Auswirkungen natürlich weitreichend.

Seit dieser Pause läuft der Betrieb nun lediglich auf Sparflamme. „Bei der Produktion in der Werkstatt können wir noch sehr gut die entsprechenden Vorgaben zum Infektionsschutz umsetzen“, erklärt der Brackeler Tischlermeister: „Aber alle Montage- und Reparatur-Termine bei den Kunden mussten wir bis auf besondere Notfälle herunterfahren.“

Die Bedürfnisse der Mitarbeiter stehen da natürlich auch im Vordergrund. Ein Geselle ist für die Betreuung seiner Kinder freigestellt und die Bürokratie kann die Arbeit derzeit aus dem Homeoffice machen.

In der Werkstatt stapelt sich allerdings das Material, welches für die kommenden Aufträge schon eingeplant war. „Wir können jetzt mit der verkleinerten Mannschaft noch ein größeres Projekt bauen“, erklärt Arndt Bartel, „aber wenn die Montage



beim Kunden vor Ort bis auf weiteres nicht terminiert werden kann, dann sind auch irgendwann unsere Lager-Kapazitäten erschöpft.“ Weitere Prognosen für die Zukunft wagt Arndt Bartel nicht zu treffen: „Wir können, wie alle anderen auch, nur von Tag zu Tag planen und versu-

chen, alle Sozialkontakte auf ein Minimum zu reduzieren.“ Aber ein gewisser Optimismus ist schon zu verspüren. Denn trotz der angeordneten körperlichen Distanz scheint eine solche Krise das Team noch enger zusammenzuschweißen. Text u. Foto: Bartel



Logo-Tasse als Präsent beim Neujahrsempfang

Alle ehrenamtlichen Mitarbeiter waren zu dem alljährlichen Neujahrsempfang in der Gemeinde St. Clemens in Dortmund-Brackel eingeladen.

re musikalisch zum Singen und Klatschen ein. Es folgte ein kurzer Ausblick auf die Ereignisse für das Jahr 2020 und ein Rückblick durch Dieter Wilmes auf den Christkindlmarkt 2019 mit Bekanntgabe des Erlöses. Der Rückblick in Bildern auf die Ereignisse aus dem Jahr 2019 erstellt von Olaf Eberth beendete das offizielle Programm. Allen ehrenamtlichen Mitarbeitern wurde als kleines Dankeschön eine Tasse mit dem Logo des Pastoralen Raums Dortmund-Ost überreicht. Fotos: Olaf Eberth

Im Anschluss an einen gemeinsamen Gottesdienst fand ein gemütliches Beisammensein im Franz-Stock-Haus statt, welches mit der Begrüßung durch Pfarrer Ludger Keite und Annette Weber (Vorstandsvorsitzende Gesamtpfarrgemeinderat) eröffnet wurde. Nach einem Abendessen lud Petra Wintzer mit ihrer Gitar-

re musikalisch zum Singen und Klatschen ein. Es folgte ein kurzer Ausblick auf die Ereignisse für das Jahr 2020 und ein Rückblick durch Dieter Wilmes auf den Christkindlmarkt 2019 mit Bekanntgabe des Erlöses. Der Rückblick in Bildern auf die Ereignisse aus dem Jahr 2019 erstellt von Olaf Eberth beendete das offizielle Programm. Allen ehrenamtlichen Mitarbeitern wurde als kleines Dankeschön eine Tasse mit dem Logo des Pastoralen Raums Dortmund-Ost überreicht. Fotos: Olaf Eberth



BESTATTUNG
Reinecke

Wickeder Hellweg 116
44319 Dortmund-Wickede
Telefon (0231) 21 14 82
Mobil (0171) 3 13 45 94



Foto: ©Kzenon - Fotolia

Kreatives und leckeres zu Ostern

Von süßen Hasen und bunter Osterdekoration



Foto: djd/kinder



Foto: ©Ferrero / Silke Zander

So macht Ostern Spaß!

Cooler Oster Eier- Rennen für die ganze Familie

Auf die Plätze, fertig, los! Das österliche Hasen- und Küken-Autorennen kann beginnen! Wird Hans Hase auch in diesem Jahr als Erster über die Ziellinie flitzen?

Jetzt werden die Eier mit Acrylfarbe bemalt. Stecke sie zum Trocknen am besten auf ein Schaschlikstäbchen

Für die Reifen schneidest du nach Vorlage die Räder aus (4x aus schwarzem und 4x aus weißem Fotokarton). Klebe sie übereinander. Dann kannst du die Räder seitlich gleichmäßig mithilfe der Niedertemperatur-Klebepistole an das Ei kleben. Dabei musst du darauf achten, dass das Rennauto einen guten Stand bekommt! Lass dir dabei am besten von den Großen helfen.

Einen Streifen Masking Tape einmal der Länge nach ums Ei kleben und einen der Zahlenaufkleber auf der Vorderseite platzieren. Jetzt können Küken, Hühner und Hasen einsteigen ... und los geht das Rennen! **Tipp:** Natürlich kannst du auch kleine Figuren oder Tiere zum Autorennen antreten lassen. Sieh nach, was deine Spielzeugschublade so hergibt!

Material

Du brauchst: weiße Eier, Prickelnadel, Acrylfarbe in Hellblau, Hellgrün, Gelb und Rosa, Fotokartonrest in Weiß und Schwarz, Klebestift, Niedertemperatur-Klebepistole, 5mm breites Masking Tape in Gelb, Blau, Rot und Pink, Klebepunkte mit Zahlen

So geht's

Steche vorsichtig mit einer Prickelnadel seitlich zuerst nur ein kleines Loch in ein Ei. Dann vergrößerst du das Loch vorsichtig und brichst es Stück für Stück zu einer ungefähr 3 cm x 4 cm großen Öffnung auf. Leere das Ei, wasche es innen und außen gründlich mit Spülmittel aus und lass es trocknen.



Fotos: Frechverlag

Ostern gehört zu den Festen, in deren Vorfeld man schwer kreativ werden kann. Ob Deko, Haushaltshilfen oder Leckereien, es gibt ein Füllhorn an Möglichkeiten. Backen Sie doch mal kecke Hasenlollis oder basteln besonders schicke Dekoartikel.

Schokoladige Hasenlollis

Was zum Naschen darf an Ostern nicht fehlen. Aber immer nur Osterlamm oder Hefezopf? Das muss nicht sein. Wie wäre es mit Nusskekse in Hasenform am praktischen Stil? So machen Sie die Hasenlollis.

Zutaten für acht Stück

70 g weiche Butter, 40 g Zucker, 30 g geriebene Haselnüsse, 120 g Mehl, zusätzlich etwas Mehl für die Arbeitsfläche, 4 Riegel kin-

der Schokolade, Außerdem: 8 Eisstiele und einen Ausstecher in Hasenform.

Zubereitung

Butter, Zucker, Nüsse und Mehl zu einem glatten Teig verkneten und in Folie gewickelt circa 30 Minuten kaltstellen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa drei Millimeter dick ausrollen und 16 Hasen ausstechen. Hasen auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Umluft: 160 °C) etwa 10 Minuten backen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Schokolade unter Rühren im Wasserbad schmelzen. Die Hälfte der Hasen dick mit geschmolzener Schokolade bepinseln, einen Eisstiel auflegen (die Auflagefläche beträgt gut drei Zentimeter) und mit üb-

rigen Hasen abdecken. Hasenlollis trocknen lassen, nach Wunsch mit geschmolzener Schokolade und Zuckerglasur Gesichter aufmalen und servieren. Die Zuckerglasur stellt man aus Puderzucker und Wasser her. In 250 Gramm Puderzucker werden drei bis vier Esslöffel Wasser eingerührt. Mit diesem Guss kann man tolle Schnurrhaare, Augen und eine runde Nase modellieren.

Bastelspaß

Haben Sie schon mal mit Pralinen dekoriert? Klar, die festliche Tafel. Aber sie eignen sich auch, den Rest der Wohnung zu verschönern. Wer ausladende Treppen im Haus hat, kann Absätze und einzelne Stufen mit Eyecatchern versehen. Schneiden Sie Zweige von Salweide oder Kirschaum ab und stellen Sie sie in eine große Blu-

menvase. Nehmen Sie nun Muffinförmchen aus Papier, die Sie mit leicht geknüllten Krepp- oder Butterbrotpapier auskleiden können. Dann einfach eine Praline oder ein Schoko-Osterei drauf – fertig ist das kleine Nest. Vorsichtig zwischen die Zweige drapieren und mit Schleifenband leicht fixieren.

Wer es nicht so mit dem Basteln hat, kann im Handel bereits fertige Nester in verschiedenen Ausführungen kaufen. Diese dann mit Naschwerk füllen und auf die Treppe stellen. Je nach Lichteinfall zaubert die bunte Verpackung schöne Lichtreflexe an die Wände. Manche Pralinenhersteller wählen eigens zu Ostern spezielle Schmuckverpackungen, die an sich schon zum Dekoartikel taugen. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. (djd/lj)

Ostereier: © Alexander Limbach, www.style-photography.



Segen für verliebte Paare



Am Valentinstag folgten verliebte Paare der Einladung des Pastoralen Raums Dortmund-Ost, um sich in einem Segnungsgottesdienst in der Kirche St. Clemens in Dortmund-Brackel für das Gelingen

ihre weiteren Partnerschaft persönlich von Pfarrer Ludger Keite segnen zu lassen.

Zahlreiche Partner, ob alt verliebt oder jung, kurz, lang oder frisch, ob schon lange verheira-



tet oder partnerschaftlich unterwegs, nutzten die Gelegenheit zu dieser meditativen Feier. Besondere Lichtakzente und fackelnder Kerzenschein verwandelten die Kirche in eine besondere stimmungsvolle Atmosphäre. Der Got-

tesdienst wurde mit Liedern von Petra Wintzer an der Gitarre und Doris Hufnagl an der Querflöte begleitet. Zum Segen sang der Projektchor St. Clemens unter der Leitung von Petra Wintzer Liebeslieder. Fotos: Olaf Eberth

Repair Cafe und Tablet-Kurs belebten das Jakobus Gemeindehaus



Viel zu tun gab es wieder im Ev. Gemeindehaus Wambel für die freiwilligen Reparateure des beliebten Repair Cafes. Foto: Seniorenbüro Brackel

Erfolgreich waren die beiden fast zeitgleichen Veranstaltungen, das Repair Cafe und der Tablet-Kurs für Senioren im Ev. Jakobusgemeindehaus Wambel.

Mit acht Teilnehmern begann der zweite Tablet- und Smartphone Kurs in der Gemeindebücherei Leseratte mit dem Kursleiter Matthias Obst. Fra-



Repariert wird alles was man tragen kann, stets zusammen mit den Besitzern, die auf diesem Weg ihr Gerät von innen kennenlernen und somit im besten Fall sich zukünftig selber helfen können. Foto: Seniorenbüro Brackel

gen zur Anwendung von Apps, Kamerafunktionen und Internetnutzung wurden in diesem über vier Wochen laufenden Kurs erläutert. Interessenten ohne jegliche Vorkenntnisse im Bereich Smartphone- und Tabletnutzung werden gebeten, sich mit dem Kooperationspartner CCDo Bildungswerk e.V. in Brackel bzgl. weiterer Schnupperkurse in Verbindung zu setzen, Telefon 1654704.

Repariert wurde natürlich auch wieder im benachbarten Repair Cafe. Von den fast 40 vorgestellten Geräten hieß es in 21 Fällen für die glücklichen Besitzer: Gerät läuft wieder. In acht weiteren Fällen wird eine Wiedervorstellung mit Einbau eines Ersatzteiles zum erhofften Erfolg führen, lediglich neun Mal konnte eine Reparatur nicht mehr durchgeführt werden. Nach Abzug aller Auslagen freuten sich am Ende eines gut besuchten Repair Cafes die 25 Mitarbeiter, Pfarrer Jens Giesler (St. Reinoldi Kirchengemeinde) und Diakon Thomas Brandt (Seniorenbüro Brackel) über verbleibende 84 Euro im Spendenschwein. Hier von werden benötigte Ersatzteile und Verbrauchsmittel für die nächsten Veranstaltungen des Wambeler Repair Cafes eingekauft.

35 Jahre Familienbetrieb

Jetzt übernimmt die nächste Generation

Seit 1985, also nun schon 35 Jahre, bietet die Firma Mattheis Landschafts- und Gartengestaltung an und steht beratend für den eigenen „paradiesischen Garten“ zur Seite.

Das Leistungsangebot umfasst praktisch alle gärtnerischen Bereiche: Von der Ideoform und Entwurfsplanung, die am Anfang jeder Gartengestaltung steht, reichen die Ausführungsleistungen von Pflaster- oder Zaunarbeiten über Grünpflegearbeiten wie Gehölzrückschnitt, Rasenpflege oder Heckenschnitt, hin zu Dachbegrenzung oder Teichbau. Es ist auch möglich, Reparatur- oder Erneuerungsarbeiten an vorhandenen Elementen auszuführen, die wieder ein Kleinod werden sollen.

Ob Sie sich nun einen Lieblingsplatz im Garten wünschen, der erst noch entstehen muss oder ob einfach mal wieder aufgeräumt werden muss: der Landschaftsgärtner steht gerne zur Verfügung!

Die Firma Mattheis kann auf langjährige Erfahrung bauen und auch die Mitarbeiter sind seit Jahrzehnten mit den Gärten und Wünschen der anspruchsvollen Kunden vertraut. Neben den qualifizierten Facharbeitern werden regelmäßig auch Nachwuchskräfte ausgebildet, damit auch in Zukunft „paradiesische Gärten“ entstehen und erhalten bleiben.

Und so soll es auch mit dem Familienbetrieb weitergehen: Nach der Gründung im Jahr 1985 in Unna-Königsborn ist der Betrieb schnell gewachsen und zog 1990 als Pionier in das neu entstandene Gewerbegebiet „Südfeld / Wideystraße“ und wirkt seitdem von Kamen-Heeren aus.

2011 wurde ein separater Gebäudetrakt mit gemütlichem

Büro und neuen Aufenthaltsräumen für die derzeit 9 Mitarbeiter angebaut.

Damit diese auch in Zukunft für schöne Gärten sorgen können, wird der Familienbetrieb, in welchen Helga und Bernd Mattheis jahrzehntelang ihr Herzblut gesteckt haben, an die nächste Generation weitergegeben: in den nächsten Jahren wird ihre Tochter, Franziska Wachtmann (geb. Mattheis), die Geschäftsführung übernehmen. Nach dem Studium der Landschaftsarchitektur und Landschaftsplanung und ein paar Jahren Praxiserfahrung wächst sie bereits seit einigen Jahren in die Betriebsführung des Garten- und Landschaftsbaus hinein. Die Übergabephase wird nun verstärkt genutzt, um Erfahrungen weiterzugeben, damit Sie sich auch in Zukunft mit dem gewohnten Fachwissen und Service wohlfühlen.

Familienbetrieb seit 1985
LANDSCHAFTS- UND GARTENGESTALTUNG

Mattheis
schafft paradiesische Gärten

02307 94 42 16

info@mattheis-garten.de | www.mattheis-garten.de
Südfeld 19 | 59174 Kamen-Heeren

Wir führen u.a. für Sie aus:

- Neuanlagen, auch mit Planung
- Pflasterarbeiten, auch Naturstein
- Grünpflegearbeiten, auch Dauerpflege
- Gehölzrückschnitte, mit Schnittgutabfuhr
- Zaunarbeiten, auch Doppelstabmatten
- Pflanzarbeiten und Dachbegrenzung
- Teichgestaltung, auch mit Bachlauf

- Anzeige -

Von Anfang an gesünder essen

Ernährungsbedingte Krankheiten treffen schon die Jüngsten - fünf Tipps für Eltern

Bereits Dreijährige leiden in Deutschland unter Übergewicht und weiteren, alarmierenden Folgen von unausgewogener Ernährung und Bewegungsmangel. Das ergab kürzlich eine umfangreiche Studie des Berliner Robert Koch-Instituts. Demnach sind 15,4 Prozent der 3- bis 17-Jährigen übergewichtig oder sogar fettleibig. „Schon im Kindesalter werden wichtige Weichen für die Gesundheit gestellt“, weiß Dr. h.c. Peter Jentschura aus Münster, Experte für ganzheitliche Ernährungsfragen und Bestsellerautor („Gesundheit durch Entschlackung“). Seine wichtigsten Tipps:

1. Weniger Zucker: Maximal zehn Prozent der täglichen Gesamtenergiezufuhr sollten aus Zucker gewonnen werden, empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE). Kinder überschreiten diesen Wert bei uns um rund 75 Prozent. „Zu den be-

kannten Folgen gehören Bluthochdruck, Übergewicht und Diabetes“, erklärt Dr. h.c. Peter Jentschura. Ein einfacher Schritt, die Zuckermenge zu reduzieren: Säfte und Softdrinks durch Wasser, ungesüßten Tee oder dünne Saftschorlen ersetzen - denn hier versteckt sich ein Großteil des Zuckers.

2. Weniger Fertigprodukte: Ob Frühstücksflocken oder Tiefkühlgericht - auch hier verbirgt sich jede Menge Zucker, dazu oft ungesunde Fette und „leere“ Kalorien in Form von Weißmehl. „Gerade Kinder brauchen aber nährstoffreiche Mahlzeiten“, so der Fachmann. „Bereiten Sie das Essen daher aus frischen Zutaten zu und beziehen Sie Ihre Kinder mit ein, um deren Neugierde zu wecken.“

3. Bewusster essen: Schon den Jüngsten kann man vermitteln, dass Essen wertvoll ist und unser Körper gesunde Lebensmittel braucht, um



Wie wertvoll und lecker gesundes Essen ist, lernen die Kleinen am besten, wenn sie bei der Zubereitung helfen dürfen. Foto: djd/Verlag Peter Jentschura/Shutterstock

fit zu bleiben. „Leider vergessen das auch Erwachsene leicht. Gemeinsame Mahlzeiten in Ruhe können das Bewusstsein dafür schärfen.“

4. Bewegung einbauen: Nur jedes vierte Kind schafft es, täglich mindestens eine Stunde lang körperlich aktiv zu sein. Auch das zeigt die KiGGS-Studie. Bewegungsmangel fördert jedoch nicht nur Übergewicht, sondern begünstigt ebenfalls Beschwerden wie Kopf- und Rückenschmerzen. „Überlegen Sie, wann das Auto stehen bleiben könnte, infor-

mieren Sie sich über Sportangebote in der Nähe und werden Sie gemeinsam mit Ihren Kindern aktiv“, ermutigt Dr. h.c. Peter Jentschura.

5. Entspannt bleiben: Verbote sind beim Thema Ernährung fehl am Platz. „Viel ist erreicht, wenn man versucht, sich zu 80 Prozent an eine basenüberschüssige Kost zu halten.“ Wie das funktioniert, erklärt der Fachmann auch in seinem Ratgeber „Gesundheit durch Entschlackung“ (352 Seiten, 17,50 Euro, www.verlag-jentschura.de). (djd).

Neue Trikots und Trainingsanzüge für die C-Jugend



Über neue Trikots und Trainingsanzüge konnte sich die C-Jugend des SV Brackel 06 freuen.

Der Sponsor drückt den Spielern, Trainern und dem Verein SV Brackel 06 die Daumen für ihre sportlichen Erfolge. Foto: SV Brackel 06

Neujahrsempfang beim TC Brackel

Der TC Brackel hat das neue Jahr wieder mit seinem Neujahrsempfang willkommen geheißen. Es folgten über 80 Mitglieder der Einladung und trafen sich in der vereinseigenen Gaststätte „Grand Slam“.



Der 1. Vorsitzende Karl-Friedrich Coerdts bedankte sich bei Mitgliedern, Helfern, Freunden und Sponsoren für das zahlreiche Erscheinen und dass sie dem Verein in der Vergangenheit immer die Treue gehalten haben. Bei einem Blick zurück in die vergangene Saison stach natürlich das große Sommerfest zum 40jährigen Jubiläum heraus, das allen Teilnehmern noch in guter Erinnerung war. Geplant ist auch in diesem Jahr wieder ein Sommerfest, der Termin wird rechtzeitig bekanntgegeben. Das sportliche Aushän-

geschild des Brackeler Tennisvereins sind die neun Außenplätze und drei Hallenplätze mit gelenkschonendem Granulat Boden, auf denen Jung und Alt die sportlichen Vorsätze des neuen Jahres leicht in die Tat umsetzen können. Nach den letzten

Investitionen, wie z. B. Umrüstung der Hallenbeleuchtung auf modernes LED Licht, soll in diesem Jahr die ca. 30 Jahre alte Heizungsanlage ökologisch erneuert werden. Im sportlichen Bereich ist der Verein sowohl im Leistungs- als auch im Breitensport gut aufgestellt. Die Damen- und Herrenmannschaften spielen in der Ruhr-Lippe Liga und haben Ambitionen in die Verbandsliga aufzusteigen. Verstärkungen sind hier immer willkommen, um diese Ziele realisieren zu können. Dank des Trainerteams um Petra Steinhoff mit der guten Ausbildung im technischen und taktischen Bereich stehen bei den Nachwuchsathleten junge Tennisspieler/Tennisspielerinnen in den Startlöchern, den Generationswechsel nahtlos zu bewerkstelligen. Das Fundament des Tennisvereins sind die Seniorinnen und Senioren. Hier wird im Sommer wie im Winter mehrmals in der Woche ambitioniert dem Tennissport gefrönt. Für Neumitglieder stellt die Integration kein Problem dar, so dass Jeder freundlich begrüßt und in den

Spielbetrieb aufgenommen wird. Danach kann man sich in der Vereinsgaststätte Grand Slam und im Sommer auf der Sonnenterrasse zur Nachbetrachtung des Spiels in gemütlicher Runde zusammensetzen. Hier sind auch Gäste bzw. Nichtmitglieder immer herzlich willkommen. Der Brackeler Tennisclub an der Oberste-Wilms-Straße 8 ist auf gut ausgebauten, verkehrsarmen Wegen auch für Fahrradfahrer und Spaziergänger umweltbewusst zu erreichen. Auch in diesem Jahr wird für Neumitglieder wieder eine Schnuppermitgliedschaft mit einem Beitrag von 120 Euro für Erwachsene und 60 Euro für Jugendliche angeboten. Ebenfalls steht erneut ein umfangreiches Festprogramm an, das mit dem Osterfeuer (Lagerfeuer) beginnt; weitere Termine sind auf der Homepage www.tc-brackel.de zu finden. Nach seiner Ansprache wünschte Coerdts ein gesundes und erfolgreiches 2020 und lud zum gemütlichen Umtrunk ein. Foto: TC Brackel

EBERT
Zaun und Tor

Freitragende Schiebetore

Geschäft und Erfahrung seit 100 Jahren

Sicherheits für die Grundstück

Sichtschutz Steinzäune

Gittermattenzäune Zierzäune

- Kostenlose Angebotserstellung
- Beratung bei Ihnen vor Ort
- Maßanfertigungen
- Montage durch Fachpersonal
- Zaunmaterial ab Lager

Curt Ebert Zaun und Tor GmbH
Westfälische Str. 173 • 44309 Dortmund
Telefon 0231 20 2000 • www.ebertzaun.de

So wehren Sie gezielt Grippeviren ab:

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

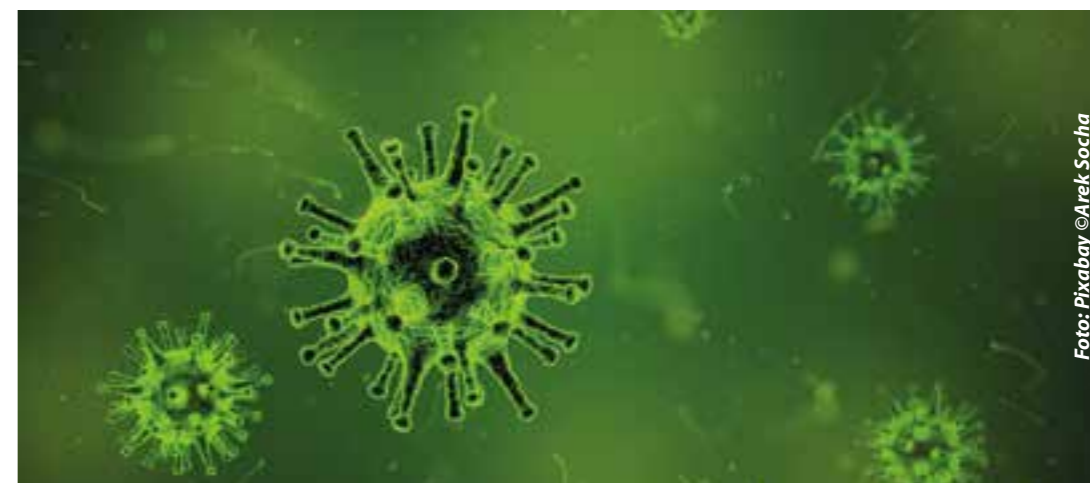


Foto: Pixabay ©Alek Socha

1. Hände waschen und vom Gesicht fernhalten

Waschen Sie Ihre Hände mehrmals täglich 20 bis 30 Sekunden mit Seife, auch zwischen den Fingern. Vermeiden Sie es, die Schleimhäute von Mund, Augen und Nase zu berühren.

2. Hygienisch husten

Halten Sie beim Husten Abstand zu anderen Personen. Husten Sie am besten in Ihren Ärmel, nicht in die Hand.

3. Auf erste Anzeichen achten

Auf eine Grippe weisen plötzlich hohes Fieber, schweres Krankheitsgefühl, Husten und Gliederschmerzen hin.

4. Gesund werden

Hören Sie auf Ihren Körper. Haben Sie die typischen Anzeichen einer Grippe, dann stimmen Sie das weitere Vorgehen telefonisch mit Ihrem Arzt ab.

5. Familienmitglieder schützen

Verzichten Sie, wenn Sie erkrankt sind, auf Körperkontakt wie Umarmen, Küssen usw. Halten Sie sich

nach Möglichkeit in einem separaten Raum auf. Achten Sie auf generelle Sauberkeit Ihrer Wohnung, insbesondere in Küche und Bad.

6. Geschlossene Räume regelmäßig lüften

Lüften Sie geschlossene Räume drei- bis viermal täglich für jeweils zehn Minuten. Die Zahl der Viren in der Luft wird verringert, ein

Austrocknen der Mund- und Nasenschleimhäute verhindert.

7. Abstand halten, Menschenansammlungen meiden

Schützen Sie sich und andere durch besondere Rücksicht und wenn möglich zwei Meter Abstand. Verzichten Sie auf Händeschütteln. Meiden Sie Menschenansammlungen, wenn dies aktuell empfohlen wird.

Fernseh Stickel - Hier kommt auch der Thermomix wieder ans Laufen

Fernseher, Mixer, Kaffeevollautomat, Staubsauger, Kühlschränke etc. - „Alles, was einen Stecker hat, kann bei uns repariert werden“, sagt der Meister Berthold Caspers (Mitte), der natürlich aber weiß, dass auch seine Fähigkeiten Grenzen haben.



Seit über 50 Jahren übt er den Beruf des Radio- und Fernsehtechnikers aus. Sein Fachwissen, was die neueste Technik und ganz alte Schätzchen betrifft, ist immens und so stirbt die Hoffnung auf die Wiederbelebung des alten Röhrenradios erst, wenn Berthold Caspers sie offiziell aufgibt. Modernste Kaffeevollautomaten sind zu reparieren, Staubsauger, weiße Ware (Kühlschränke, Gefriertruhen, Waschmaschinen etc.), die Hintergrundbeleuchtung des Fernsehers kann erneuert werden und auch der Thermomix ist

zu retten. Dinge des täglichen Lebens, die in der heutigen Wegwerfgesellschaft schnell ausgetauscht werden. Dabei sind Reparaturen möglich und bezahlbar. Das kleine, aber leistungsstarke Team bei Fernseh Stickel kann seinen Kunden meist verbindlich sagen, ob sich eine Instandsetzung lohnt oder nicht. Kauft man Fernseher, Waschma-

schine & Co. bei Stickel, wird die Ware selbstverständlich geliefert, angeschlossen, perfekt eingestellt und das alte Gerät entsorgt. Zudem installieren die Fachleute SAT-Anlagen und reparieren diese nach Sturmschäden. Dieser Vor-Ort-Service wird in ganz Dortmund und bis in den Kreis Unna hinein genutzt, denn Fachbetriebe wie Fernseh Stickel ster-

ben leider langsam aus. Doch noch haben Berthold Caspers und sein Team nicht genug getuftelt. Schauen Sie vorbei und fragen Sie den Fachmann, bevor Sie ein gutes Gerät entsorgen. Nebenbei können Sie sich hier ein Sky-Abo kaufen oder Ihren alten VHS-Film für kleines Geld auf DVD verewigen zu lassen. Text u. Foto: F.K.W. Verlag

Volles Haus beim Neujahrsempfang des SPD Stadtbezirk Brackel

Über 80 Akteurinnen und Akteure aus dem Stadtbezirk Brackel sind der Einladung zum Neujahrsempfang gefolgt.

„Vereine, Gewerbetreibende, Schulvertretung, AWO und weitere Aktive kamen um das politische Jahr 2020 einzuleiten“, freut sich der Stadtbezirksvorsitzende Daniel Behnke. Begrüßt wurden die Anwesenden

lung des SPD Teams für den Rat und die Bezirksvertretung auch noch einen Appell an die Akteurinnen und Akteure richtete. „Bislang ist die Bezirksvertretung von rechten Populistinnen und Populisten verschont und nur, wenn alle an einem Strang ziehen, ist dies auch weiterhin möglich. Dazu benötigen wir eben auch die Mithilfe von jedem und jeder einzelnen“, erklärt Spaenhoff. Mit da-



Bezirksbürgermeister Karl-Heinz Czierpka leitete die Besucher stimmungsvoll durch die Politik in Brackel. Foto: SPD Brackel

im Alten Gasthaus Grube durch die Wickeder-Ratskandidatin Anna Spaenhoff, die neben der Vorstel-

bei waren neben den amtierenden Ratsvertreterinnen und Ratsvertretern auch die Landtagsabgeordnete



Anna Spaenhoff, stellv. Stadtbezirksvorsitzende der SPD im Stadtbezirk Brackel bei der Begrüßung der Gäste zum Neujahrsempfang. Foto: SPD Brackel

te Nadja Lüders und die Bundestagsabgeordnete Sabine Poschmann. Der amtierende Bezirksbürgermeister Karl-Heinz Czierpka leitete gewohnt kurzweilig und stimmungsvoll durch die Politik in Brackel, die maßgeblich durch die SPD gestaltet wurde. Sei es das Thema Bienenweiden, Fahrradwege, ÖPNV-Ausbau, Parksituationen und viele weitere Themen. „Wer ein Problem und eine Anregung hat soll sich nicht scheuen die SPD anzusprechen“, so der SPD Politiker. Die zukünftigen Kandi-

dierenden wie Roland Spieß, Fabian Erstfeld, Daniela Worth, Hartmut Monnecke, Anna Spaenhoff und weitere Vertreterinnen und Vertreter der SPD im Stadtbezirk waren im Anschluss bei einem kleinen Imbiss in zahlreiche Gespräche eingebunden und intensivierten den schon guten Kontakt mit der Stadtbezirksgesellschaft. „Es waren drei sehr gute Stunden und wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit für unseren Stadtbezirk“, bekräftigt der Asselner Ratskandidat Fabian Erstfeld.

66. Cafe LeseLust zum zweiten Mal im Seniorenzentrum

Rund 35 Literaturfreunde fanden sich in der Cafeteria des Karola Zorwald Seniorenzentrums in der Sendstraße ein, um neue Bücher und deren Autoren kennenzulernen.

Den Auftakt machte Renate Hillen, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Seniorenzentrum mit zwei Buchvorstellungen: Aus „Der Geschmack von Lebertran“ von Cornelia Ertmer, las sie die beiden Kurzgeschichten „Die Blutwurst“ und „Kaffeeklatsch und Kinder“ vor. Das Buch erzählt von Geschichten der Kindheit in den 50er Jahren mit dem aufkommenden Wirtschaftswunder in all seinen damaligen Facetten, von Sonntagsgroschen und Fleißkärtchen, aber auch der Prüde-

rie, der Heuchelei und den Tabus. Der anschließende historische Roman „Die Salbenmacherin und der Bettelknabe“ von Sylvia Stolzenburg entführte die Zuhörer in ihrer zweiten Buchvorstellung nach Nürnberg zu Beginn des 15. Jahrhunderts. Nach einer kurzen Pause stellte Renate Schmitt-Peters aus Anlass der im Januar stattgefundenen erfolgreichen Bombenentschärfung im Dortmunder Klinik- und Kreuzviertel das Buch „Dortmund - Bombenkrieg und Nachkriegszeit. 1939 – 1948“, herausgegeben von Gerhard E. Sollbach vor. Die darin dokumentierten Ereignisse stellte sie in den Kontext ihrer eigenen (Nach-)Kriegserfahrungen und ihrer daraus späteren, bis heute engagierten, friedenspoli-



Vor zahlreichen Zuhörern in der Cafeteria des Karola Zorwald Seniorenzentrums stellte zunächst Renate Hillen zwei ihrer Lieblingsbücher vor. Es folgte ihr Renate Schmitt Peters. Foto: Archivfoto Cafe LeseLust 60plus

tischen Arbeit in Kirche und Gesellschaft. Hierzu gehören auch das Schreiben und das Veröffent-

lichen vieler Gedichte, eines las sie den Zuhörenden ebenfalls vor: 1. September.

KFD St. Clemens feierte gemütlichen Ausklang



Mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken im Franz-Stock-Haus fand der Ausklang der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands St. Clemens in Dort-

mund-Brackel am 1. Februar statt. Musikalisch am Klavier begleitet von Petra Wintzer wurde zusammengesessen und die Gele-

genheit genutzt, noch einmal die vergangene Zeit Revue passieren zu lassen. Der Abschlussgottesdienst zum Ausklang der KFD St. Clemens zum Patronatsfest der

Frauen fand anschließend in der Kirche St. Clemens statt. In einer Lichterprozession zogen die Besucher mit ihren Kerzen durch die Kirche. Fotos: Olaf Eberth

Den Menschen **FÜHLBAR** machen.
Mit kleinen Gesten und Zeichen der Erinnerung.



eine gemeinsame Sache
BESTATTUNGSHAUS Weber
und **BESTATTUNGEN für Dortmund**
Friedhofsgärtner Dortmund eG



Ruf: 0231 / 56 22 93-33

Am Gottesacker 52
44143 Dortmund

Brackeler Hellweg 51
44309 Dortmund

Asselner Hellweg 121
44319 Dortmund

www.befdo.de
www.fuer-dortmund.de

Wir lassen die Autofahrer nicht im Regen stehen...

Legalisierung von Gehwegparken



Stefan Vorbau und Alina Priegnitz. Foto: privat

In wenigen Wochen treten wichtige Änderungen beim Bußgeldkatalog in Kraft, der Bundesrat hat am 14. Februar einer deutlichen Erhöhung der Bußgelder beim Falschparken zugestimmt.

So wird künftig das Parken auf dem Gehweg merklich teurer.

Bisher waren dann in der Regel 15 Euro fällig, viele Autofahrer haben das sportlich gesehen. Künftig soll das Parken auf Gehwegen mindestens 55 Euro, bei Behinde-

rungen oder einer Parkdauer von mehr als einer Stunde bis 100 Euro kosten. Dazu kommt dann auch noch ein Punkt in Flensburg. Bleiben weniger als 1,05 Meter Gehweg übrig, kann zusätzlich sofort abgeschleppt werden. Das sind dramatische Änderungen für viele Autofahrer. Bezirksbürgermeister Karl-Heinz Czierpka: „Wir haben viele Siedlungsbereiche mit hohem Parkdruck. Da ist das Parken auf dem Gehweg Standard, auch wenn es nicht erlaubt ist. Gleich-

zeitig haben aber die Beschwerden deutlich zugenommen, weil oft nur noch wenig Platz für Fußgänger übrigbleibt, daher ist aus vielen Dortmunder Stadtbezirken die Forderung nach einer deutlichen Aufstockung der Verkehrsüberwachung gekommen. Auch die Bezirksvertretung Brackel hat bei den Haushaltsberatungen eine bessere personelle Ausstattung des Ordnungsamtes gefordert.“ Es wird also künftig deutlich öfter kontrolliert werden.

Die SPD im Stadtbezirk Brackel hat mit Stefan Vorbau und Alina Priegnitz zwei Kandidaten für die nächste Bezirksvertretung aufgestellt, die sich schon jetzt um das Problem kümmern. Vorbau: „Wir lassen die Autofahrer nicht im Regen stehen. Wo immer es geht, soll in Zukunft das Gehwegparken legalisiert werden“. Für den Straßenzug Zugstraße/Bebelstraße haben beide erste Gedanken zu Papier gebracht, die SPD wird bei der Verwaltung beantragen, hier

durch Markierungen Parkboxen festzulegen. Besonderen Wert legen die Sozialdemokraten auf eine deutliche Begrenzung auf dem Gehweg. Czierpka: „Die Wickeder und die Hörder Straßen sind gute Beispiele dafür, dort haben wir das bereits in die Tat umgesetzt. Allein das Schild reicht oft nicht, dann stehen die Autos meistens zu weit auf dem Gehweg. Eine klare Markierung wird überall sehr gut akzeptiert.“ Natürlich werden die Markierungen noch eine Zeitlang auf sich warten lassen, denn das Tiefbauamt ist zur Zeit durch die vielen Baustellen in der Stadt sehr gut ausgelastet. Dennoch sammeln die Sozialdemokraten unter info@spd-brackel.de weitere Anregungen aus der Bürgerschaft. Alina Priegnitz: „Wer in seiner Straße die Möglichkeit sieht, Gehwegparken zu legalisieren, sollte uns kontaktieren. Wir schauen uns das dann zusammen mit dem Tiefbauamt an. Wichtig ist, dass auf dem Gehweg eine Restbreite von etwa 1,50 Meter übrigbleibt. Und auf der Straße müssen mindestens 3,05 Meter für die Rettungsdienste frei bleiben.“ Und wenn die Straße schmaler ist? Auch solche Situationen gibt es im Stadtbezirk Brackel. Dazu noch einmal der Bezirksbürgermeister: „Gerade in den Siedlungsbereichen finden wir oft die Situation vor, dass schmale Gehwege mit einer einspurigen Straße kombiniert sind. Niemand hat damals damit gerechnet, dass der Autobestand derart steigen wird. Es ist tatsächlich möglich, dass in solchen Straßen gar nicht geparkt werden darf. Bei Beschwerden muss das Ordnungsamt sofort handeln.“

M Vogler Bedachungs GmbH und Liftverleih

• Bedachungen aller Art • Bauklempnerei • Fassadenbau • Reparaturen

Nießstraße 12 - 44309 Dortmund - Tel. (0231) 29 07 05
Lagerplatz - Massener Straße 4 - 59174 Kamen
Tel. (02307) 3 23 79 - Fax 3 95 09 - Mobil 0177 2 05 38 92

Die Hörbiene
Gestochen scharf hören

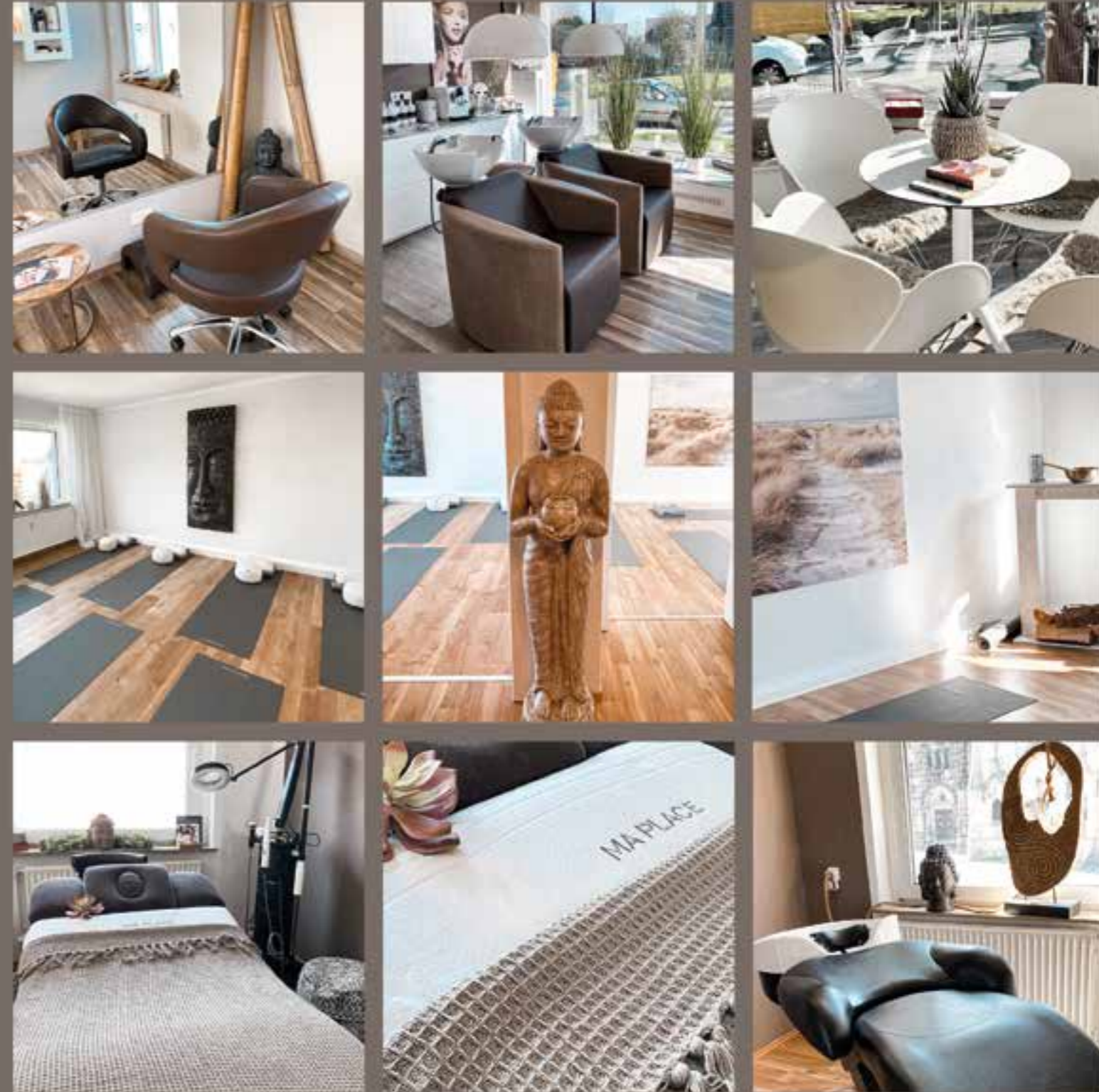
Torjubel wieder in voller Lautstärke hören?
Wir beraten Sie gerne!

Flughafenstraße 2 44309 Do-Brackel ☎ 0231/ 5452744
Husener Straße 63 44319 Do-Husen ☎ 0231/ 271210
Körner Hellweg 63 44143 Do-Körne ☎ 0231/ 8640802
Siegburgstraße 19 44359 Do-Mengede ☎ 0231/ 9976500

WWW.DIE-HOERBIENE.DE

MA PLACE

COIFFEUR | YOGA | KOSMETIK | BEAUTY



www.ma-place.net | maplacedortmund | maplacedortmund

Donnerstraße 11, 44319 Dortmund | ☎ 0231 51919444

KirchenRaumVideo faszinierte Besucher

Anfang Februar erstrahlte die Josephskirche in Asseln beim ersten Gesegneten Sonntag-Abend des Jahres in farbigem Licht.

Zum Thema „Du bist das Feuer“ flossen per KirchenRaumVideo Lavaströme durch den Altarraum. Dazu

setzten Musik und Texte akustische und inhaltliche Akzente, während die Besucher in die Bilder eintauchten, entspannten und eine gute Portion Kraft für die kommende Zeit tankten. Die weiteren Termine in dieser Reihe des Pastoralen Raums Dortmund-Ost finden sich über



<https://www.kirche-dortmund-ost.de/glaube/gesegneter-sonntagsabend>. Mit dabei sind ein Kirchen-

clown, Konzerte, ein Musical über den Heiligen Franziskus und weitere Formate. Fotos: Schulze-Röbbcke

Kyffhäuserkameradschaft ehrte verdiente Mitglieder

Mitte Februar fand in der Gaststätte „Zum Bürgerkrug“ die Jahreshauptversammlung der Kyffhäuserkameradschaft Asseln statt.

49 Mitglieder nahmen an der Versammlung teil. Tagesordnungspunkt war unter anderem die Wahl des 2. Vorsitzenden (Eveline Lüttenberg, Wiederwahl), des 2. Kassiers (Sabine Tolj, Neuwahl), des 2. Schriftführers (Ralf Smarra, Wiederwahl) und des 2. Kassenprüfers (Dirk Schüttelkorb, Neuwahl). Im Anschluss daran wurden für zehnjährige Mitgliedschaft Sebastian Weihrauch und Heike Targon geehrt. Für 20 Jahre Ralf Wronna, Friedhelm Schweer, Martin Meyer und Michael Illmer und für 25 Jahre Johannes Wichert. Bereits 30 Jahre gehören Wolfgang Lanfermann, 50 Jahre Erhard Schitz und 60 Jahre



Roland Leischner der Kyffhäuserkameradschaft Asseln an. Die Kameradin Brunhilde Euchler wurde mit dem silbernen Eichenblatt und Jutta Lichtwark mit dem goldenen Eichenblatt ausgezeichnet. Außerdem wurden zahlreiche Schützen, die bei der Landes- und Bundes-

meisterschaft hervorragende Ergebnisse erzielt haben, besonders geehrt. Die Versammlung endet mit einem

gemeinsamen Pfefferpotthastessen und einem anschließenden gemütlichen Beisammensein. Foto: Wilfried Becker

BIEDERBECK BESTATTUNGEN

Tag & Nacht Tel: 549 08 40

Der beste Weg etwas zu lieben ist zu realisieren, dass man es verlieren kann.
Gilbert Chesterton

BESTATTUNG & VORSORGE

Pröbstingkamp 2 | Asseln · www.biederbeck-bestattungen.de

Königliches Duo: Geflügel und Spargel

Rezepttipps für leichten, nährstoffreichen und ausgewogenen Genuss

Geflügel und Spargel sind fettarm und gut verträglich, mit ihnen kann man unbeschwert schlemmen - und sie halten lange satt.

Das liegt am Geflügeleiweiß sowie an den Ballaststoffen im Spargel. Zudem liefert Geflügelfleisch diverse Vitamine der B-Gruppe und gut verfügbares Eisen, das durch den Verzehr von Vitamin-C-haltigem Gemüse wie Spargel noch leichter aufgenommen werden kann. Doch vor dem Genuss kommt der Einkauf. Die deutsche Herkunft von Geflügelfleisch ist an den „D“s auf der Verpackung zu erkennen. Diese stehen für eine streng kontrollierte heimische Erzeugung nach hohen Standards für den Tier-, Umwelt- und Verbraucherschutz.

Rezepttipp 1: Putenfilet mit zweierlei Spargel im Speckmantel

Zutaten (für 4 Personen): 650 g Putenfilet, 1 Radicchio, 12 Stangen weißen Spargel, 12 Stangen grünen Spargel, 24 Scheiben Frühstücksspeck, 6 EL Öl, 1 EL Butterschmalz, 1 Zitrone, 70 g Parmesan, 2 EL Butter.

Zubereitung: Holzige Spargelenden entfernen, weißen Spargel komplett schälen, beim grünen Spargel nur das untere Drittel. Scheibe Speck



Geflügel und Spargel sind nicht nur lecker, sondern auch ein leichtes, fettarmes und zudem gut verträgliches kulinarisches Duo, wie hier bei dem Rezept „Putenfilet mit zweierlei Spargel im Speckmantel und Radicchio-Salat“. Foto: djd/Deutsches-Geflügel.de

um jede Spargelstange wickeln und in 2 EL Öl ca. 10 Minuten braten. Radicchio in Streifen schneiden und mit Dressing aus Zitronensaft und -schale, Salz, Pfeffer und 4 EL Olivenöl mischen. Putenfilet in Medallions schneiden und in Butterschmalz von beiden Seiten etwa 4-5 Minuten braten. Kurz vorm Servieren die Butter dazugeben und erhitzen, bis sie hellbraun wird. Spargel, Salat und Putenmedallions anrichten, mit der braunen Butter beträufeln und mit Parmesan bestreuen.

Rezepttipp 2: Kokos-Spargelsuppe mit Hähnchen

Zutaten (für 4 Personen): 1 Hähnchenfilet, 2 Hähnchen-

schenkel, 500 g weißer Spargel, 1 Liter Geflügelbrühe, 25 g Ingwer, 2 Stängel Zitronengras, 1 Knoblauchzehe, 1 rote Zwiebel, 2 Eier, 120 g Zuckerschoten, 6 Eiertomaten, 200 g Kokosmilch, 1 Limette, 4 EL Sojasoße, Kresse.

Zubereitung: Spargel schälen und klein schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Hähnchenfilet und Hähnchenschenkel, Ingwer, Zitronengras, Knoblauch und Putenshalen in kochende Brühe geben, 35 Minuten kö-

cheln. Zwiebel schälen, in feine Spalten schneiden. Eier hart kochen und halbieren. Zuckerschoten und Tomaten klein schneiden. Hähnchenfleisch aus Brühe nehmen und klein zupfen. Brühe kurz durchmischen, dann durch ein Sieb passieren. Kokosmilch, Sojasoße, Limettensaft, Spargelstücke und Zwiebelstreifen hinzufügen und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Zuckerschoten, Tomatenspalten und Hähnchenfleisch dazugeben, in der Suppe erhitzen, mit halbem Ei und Kresse anrichten (djd).



Kokos-Spargelsuppe mit Hähnchen - die moderne Version des köstlichen Klassikers für leichten, nährstoffreichen und ausgewogenen Genuss. Foto: djd/Deutsches-Geflügel.de

Ich bin für Sie da!
Verzichten Sie ruhig darauf, vorbeizukommen. Ich regle alle Belange mit Ihnen gerne am Telefon.
Bitte rufen Sie mich an!

Michael Heisler
LVM
VERSICHERUNG

Asselner Hellweg 116 · 44319 Dortmund
Tel. (0231) 1 76 94 47 · m.heisler@heisler.lvm.de

BRINKHOFFS **Zum Bürgerkrug** Gaststätte-Restaurant Fam. Berger

JA, wir sind für Sie da!
Mittwoch bis Sonntag von 11.30 bis 13.30 Uhr und 17.30 bis 19.30 Uhr mit Essen außer Haus!
Jeden Mittwoch Abend alle SCHNITZEL für 9,90 Euro. Nur nach telefonischer Vorbestellung. DANKE für Ihre Unterstützung!

Am Hagedorn 24 • 44319 Dortmund-Asseln
Telefon (0231) 27 95 91 • www.zum-buergerkrug.de

Coronavirus in Deutschland

Das müssen Sie wissen

Viele Bürger sind ob der Flut an leider zum Teil auch falschen Informationen rund um das Coronavirus SARS-CoV-2 bzw. COVID-19 verunsichert. Auf allen politischen Ebenen wurden in den vergangenen Tagen umfangreiche Maßnahmen erarbeitet, um die Ausbreitung zu verlangsamen. Wir haben Ihnen die wichtigsten Informationen zusammengestellt.

Voraussichtlich bis zum Ende der Osterferien am 19. April gilt ein Betretungsverbot für Kindertageseinrichtungen, ob heilpädagogische oder andere sowie Kindertagespflegeangebote. Mädchen und Jungen dürfen nur noch dann in Einrichtungen und der Tagespflege betreut werden, wenn die Eltern keinerlei andere Möglichkeit der Betreuung sicherstellen können und es sich um Kinder bestimmter Schlüsselpersonen handelt, die beruflich in sogenannten „kritischen Infrastrukturen“ tätig sind. Das sind Angehörige von Berufsgruppen der Polizei, Feuerwehr, Pflege sowie des Rettungsdienstes und des Katastrophenschutzes. Das müssen Eltern allerdings bei der jeweiligen Einrichtung nachweisen. Einen entsprechenden Vordruck zum Einreichen beim Arbeitgeber erhalten Eltern von ihrer Kindertageseinrichtung oder ihrer Kindertagespflegeperson. Auch ein Fragebogen zur Klärung gesundheitlicher Fragen wird dort ausgehändigt. Der Kreis weist auf die Verpflichtung aller Erziehungsberechtigten hin, eine Betreuung der Kinder außerhalb der Kindertageseinrichtungen sicher-

zustellen, ob im Familienverbund oder durch gegenseitige Unterstützung. Aktuelle Informationen dazu hat das Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen auf seiner Homepage www.mkffi.nrw.de bereitgestellt.

Versorgung gesichert

Es gibt keinen Grund für Hamsterkäufe! Die Versorgung von Lebensmitteln, Bargeld, Medikamenten und Dingen des täglichen Lebens bleibt weiterhin sichergestellt durch Öffnung von Banken, Einzelhandel (hier insbesondere Lebensmittelgeschäfte), Apotheken und Drogerien. Restaurants, Gaststätten und Hotels werden an strenge Auflagen gebunden, die eine Verbreitung des Corona-Virus verhindern sollen.

Der Krisenstab appelliert an die Kommunen und die Bevölkerung, alle Maßnahmen zur Eindämmung des Corona-Virus einzuhalten und umzusetzen. Nur durch konsequente Umsetzung der einge-



Foto: Raffi Derian / Märkischer Kreis

leiteten und der künftigen Maßnahmen kann die Erkrankungskurve in die Länge gezogen werden, um in allen Bereichen des öffentlichen Lebens die Handlungsfähigkeit sicherzustellen. Eine Verlangsamung der Ausbreitung ist nötig, um Krankenhäuser vor Massen an Patienten zu schützen.

Das bleibt geschlossen

Durch Erlass des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales (MAGS) müssen nahezu alle Freizeit-, Sport-, Unterhaltungs- und Bildungsangebote im Land eingestellt werden, ebenfalls schließen Bars, Clubs, Diskotheken, Spielhallen, Theater, Kinos, Museen. Die bereits vom Kreis empfohlene Schließung von Sportstätten und Schwimmbädern wird durch Fitness-Studios und Saunen erweitert. Zusammenkünfte in Sportvereinen und sonstigen Sport- und Freizeiteinrichtungen sowie die Wahrnehmung von Angeboten in Volkshochschulen, Musikschulen und sonstigen öffentlichen und privaten Bildungseinrichtungen im außerschulischen Bereich sind nicht mehr gestattet. Kirchengemeinden sollen auf Messen und Gottesdienste verzichten.

Das Gesundheitsamt rät

Das Coronavirus wird von Mensch zu Mensch übertragen, in erster Linie über Sekrete der Atemwege, indirekt auch über die Hände. Wie bei Grippe und anderen Erkältungskrankheiten auch schützen eine gute Husten- und Niesetikette (in den Ärmel niesen, Einmal-Taschentücher nutzen und sofort entsorgen), gründliches und häufiges Händewaschen mit Seife und Wasser sowie Abstand zu Erkrankten am besten vor einer Ansteckung. Die Hände sind der Hauptübertragungsweg

von Krankheits- und Grippeerregern und natürlich auch Coronaviren. Daher sollten Sie Händeschütteln vermeiden.

Menschen mit Schnupfen gehören nicht in eine Notaufnahme! Doch wie unterscheidet man einen grippeähnlichen Infekt vom Virus? Ein begründeter Verdacht besteht, wenn:

Sie aus einem Gebiet mit COVID-19-Fällen zurückgekehrt sind und/oder innerhalb von 14 Tagen nach Rückkehr grippeähnliche Symptome entwickelt haben oder Kontakt zu einem nachweislich Erkrankten bis zu 14 Tage vor Beginn der Erkrankung hatten.

In diesem Fall sollten Sie sich telefonisch mit Ihrem Hausarzt in Verbindung setzen. Dieser bespricht die weitere Vorgehensweise. Gehen Sie bitte nicht in die Praxis oder ins Krankenhaus, das Risiko einer Ansteckung oder Verbreitung von COVID-19 ist zu groß!

Außerhalb der Sprechzeiten kann der ärztliche Bereitschaftsdienst unter der kostenfreien Rufnummer 116117 erreicht werden. Bei lebensbedrohlichen Situationen sollte niemand zögern, den Notruf 112 zu wählen.

Die Stadt Dortmund hat auf ihrer Homepage www.dortmund.de alle wichtigen Fragen rund um COVID-19 zusammengefasst. Es wird darum gebeten, sich erst dort zu informieren, bevor Sie um telefonische Klärung bitten. Diese Fragen werden laufend aktualisiert und ergänzt. Die allermeisten Fragen, die zurzeit noch telefonisch beantwortet werden, lassen sich auf diese Weise klären. Bitte nur in dringenden Fällen anrufen! Sie erreichen die zentrale Hotline der Stadt Dortmund von Montag bis Freitag von 7 bis 18 Uhr, bzw. das Bürgertelefon der Landesregierung NRW zum Corona-Virus von Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr sowie den bundesweiten ärztlichen Bereitschaftsdienst (an 7 Tagen die Woche 24 Stunden) unter Tel. 0231/5013150, 0211/91191001 und 116117.

Fortlaufend aktualisierte Informationen finden Sie außerdem im Netz beim Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes (www.mags.nrw) oder auf den Seiten des Robert-Koch-Instituts (www.rki.de).

Bitte bleiben Sie zu Hause, damit wir alle dazu beitragen, dass sich COVID-19 nur langsam verbreitet!

AWO Lauftreff startete 24. Anfängerlaufkurs

Am Samstag, den 01. Februar 2020 war es soweit. Der AWO-Lauftreff Dortmund hatte zum ersten Trainingstag des 24. Anfängerkurses aufgerufen.

Trotz des Dauerregens sind 25 motivierte angehende Läufer in der AWO Begegnungsstätte Marie-Juchacz-Haus in Asseln erschienen. Die Gruppe setzt sich aus Wiedereinsteigern und aus Teilnehmern und Teilnehmerinnen ohne vorherige Lauferfahrung zusammen. Nachdem alle Formalitäten erledigt waren, wurde das gut gelaunte Trainer-/Betreuer-Team rund um Lauftreff-Leiterin Nicole Schönhütte vorgestellt und der geplante Ablauf der nächsten Trainingswochen erklärt. Dann ging es auch schon an die Praxis, da das erneuerte Konzept des Anfängerkurses auch Mobilisierungs- und Stabi-

lisierungs-Training sowie Übungen aus dem Lauf-ABC vor jeder Laufeinheit vorsieht. Im Anschluss wurden 50 Minuten stramm gewalkt, um schon mal ein erstes Gefühl dafür zu bekommen, was es heißt, sich am Stück 50 bis 60 Minuten zu bewegen. Die Anfänger werden samstags vom kompletten Betreuer-Team angeleitet, begleitet und motiviert. An den anderen Trainingstagen dienstags und donnerstags ist dann die Eigenmotivation der Teilnehmer gefragt. Sie setzen den ausgehändigten Trainingsplan entweder auf eigene Faust um oder treffen sich zu den Lauftreffzeiten und bewältigen das Programm gemeinsam und motivieren sich gegenseitig. Das Betreuer-Team steht natürlich auch hier für Fragen oder Anleitungen gerne zur Verfügung. Fotos: c/o AWO-Lauftreff Dortmund



Neuer Wirt im TC Grüningsweg



Der Tennisclub Grüningsweg hat einen neuen Clubwirt.

Stammkunden aus Asseln und Wickede dürfte der Name ein Begriff sein, denn es ist ein alter Bekannter. Die Pizzeria Geppetto, bekannt aus Dortmund-Wickede, hat ihre Pforten im Tennisclub aufgeschlagen. Alle Speisen und Getränke können vor Ort verzehrt oder über den be-

kannten Lieferservice „Lieferando“ bestellt werden. Foto: privat

Balkonsanierung
Kellerbodensanierung
ANALYSIEREN. SANIEREN. GARANTIEREN
ISO-TEC
Wir machen Ihr Haus trocken
Barowski-Böttcher GmbH
Dortmund 0231/7772046 - Isoteln 02371/81610
barowski@isotec.de - www.isotec.de/barowski

Närrische Stimmung bei der Arbeiterwohlfahrt



Tolle Stimmung herrschte im Asselner Marie-Juchacz-Haus, als an Weiberfastnacht und insbesondere am Rosenmontag so richtig Karneval gefeiert wurde.



Die Betreuungsteams der AWO-Begegnungsstätten hatten in Eigenregie ganz tolle Gags und Reden vorbereitet. Ebenso der musikalische Rahmen trug zu den gelungenen Nachmittagen bei. Somit herrschte in der Karnevalszeit bei der Arbeiterwohlfahrt beste Stimmung. Fotos: c/o AWO-Asseln



Damen Club 60 bei der Arbeiterwohlfahrt



Die Damen des Club 60 II im Ortsverein Asseln/Husen/Kurl unter Leitung von Gunhild Schüttelkorb trafen sich zu einem gemütlichen Beisammensein im Asselner Marie-Juchacz-Haus.

tolles Menü, auf das die Damen zunächst mit einem Glas Sekt anstießen. Ein gelungener Abend war garantiert. Alle weiteren Informationen zu diesem Club wie auch zu Club 60 I gibt es bei der Arbeiterwohlfahrt unter der Rufnummer 0231/27574 oder im Internet unter www.awo-asseln.de. Fotos: c/o AWO-Asseln

AWO Küchenchef Giovanni und sein Gehilfe Oliver zauberten ein



9. Dortmunder AWO-Lauf am 19.04.2020 abgesagt

Bedingt durch die Auswirkungen des Corona-Virus und dem damit zusammenhängenden Schutz aller Teilnehmer

und Helfer sowie den Vorgaben der Stadt Dortmund wird hiermit der 9. Dortmunder AWO-Lauf am 19. April 2020 abgesagt.

Es ist dem Organisationsteam sehr schwer gefallen, diese Entscheidung zu treffen. Der Lauf wäre erst in ein paar Wochen, zudem im Freiraum. Trotzdem lässt die aktuelle Lage eine Fortführung der Planungen und die letztendliche Durchführung des Laufes in diesem Jahr nicht zu. Der Schutz aller Teilnehmer hat absolute Priorität. Als rein ehrenamtlich tätiger, gemeinnütziger Verband trifft die Arbeiterwohlfahrt die Entscheidung hart, da schon jetzt Kosten entstanden sind, die ihr knappes Budget sehr belasten. Der Veranstalter würde sich daher freuen, wenn auf die Rückzahlung der Startgebühr verzichtet und diese als Spende an die AWO Dortmund-Asseln/Husen/Kurl betrachtet würde. Der Abbuchungsbeleg



zusammen mit dieser Absage müsste reichen, um die Startgebühr beim Finanzamt als Spende anerkennen zu lassen. Trotz dieses Fiascos wird die Arbeiterwohlfahrt versuchen, in 2021 den AWO-Lauf erneut anzubieten. Dann wieder am Sonntag nach Ostern.

Vielen Dank für das Verständnis sowie das Interesse am AWO-Lauf. Für alle gilt: Bleibt gesund und sportlich aktiv.

www.siegfried-harlos.de

KFZ-Reparaturen aller Autotypen

- Inspektionen
- DEKRA jeden Dienstag
- Motorinstandsetzung
- Karosserieschäden (Richtbank)
- Reifen-Service
- Klima-Service u.v.m.



Öffnungszeiten:
Mo - Do 8 - 17 Uhr
Freitag 8 - 14 Uhr
Sa u. So geschlossen

Webershohl 5 · 44319 Dortmund-Asseln
Tel. (0 231) 270 002 · Fax (0 231) 27 513
info@siegfried-harlos.de

Sabine Poschmann und Lothar Binding zu Gast bei 60 plus



Die Bundestagsabgeordnete Sabine Poschmann und der Bundesvorsitzende der AG 60-plus und Vorsitzende des Finanzausschusses Lothar Binding waren zu Gast bei 60 plus.

Sabine Poschmann wies auf die

vielen wichtigen Neuregelungen hin, die die SPD im Bundestag im Interesse der Mehrheit der Bundesbürger durchsetzen konnte. Lothar Binding erläuterte in unterhaltsamer Weise den hochkomplexen Prozess, den eine Gesetzesinitiative bis zu ihrer Verabschiedung zu durchlau-



fen hat. Er wies auf die wichtige Rolle von 60-plus hin, angesichts von Digitalisierung und zunehmender internationaler Verflechtungen dafür zu sorgen, dass ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger von diesen Prozessen nicht überrollt werden sondern die neuen Angebote

nutzen können. Die wieder zahlreich erschienenen Mitglieder und Gäste der Arbeitsgemeinschaft 60-plus des SPD-Ortsvereins Dortmund-Wickede hörten den Ausführungen interessiert zu und nutzten die Gelegenheit zu sachbezogenen Fragen. Fotos: Hans Albert Jung

SPD Team lud zum Pfefferpotthastessen ein

Anfang Februar luden die Kandidierenden zur Kommunalwahl der SPD Wickede, Vereine, Gewerbetreibende und Aktive des Ortsteils Wickede in den Lindenhof zum selbst gekochten Pfefferpotthast ein.

Dirk Sanke, Bezirksvertreter und erneuter Kandidat für die Bezirksvertretung, freute sich für rund 40 Teilnehmende das westfälische Gericht kochen zu dürfen. Gemeinsam mit der Ratskandidatin Anna Spaenhoff und dem Bezirksvertretungskandidaten Stefan Vorbau begrüßte er die große Runde der Multiplikatoren des Ortes. Während die Landtagsabgeordnete Nadja Lüders schon oft ge-



sehener Gast des gemeinsamen Essens war, kam auch der Oberbürgermeisterkandidat Thomas Westphal nach Wickede und tauschte sich mit den Anwesenden über

die Anliegen und Anregungen des Ortes aus. Ein gelungener Abend bei Essen, Bier und guten Gesprächen resümiert das SPD Team für Dortmund. Foto: SPD OV Wickede

TV Arminius Dortmund-Wickede sagt DANKE

Wir möchten uns herzlich bei den Vereinen bedanken, die es ermöglicht haben, auch während der Sanierung der Turnhalle der Steinbrink-Schule in den letzten sieben Monaten, unser Training aufrecht zu erhalten.

Unser Dank gilt den folgenden Vereinen:

TTC Dortmund-Wickede 1948 e.V., der unserer FitandFun-Gruppe dienstags ein Übergangszuhause geboten hat.

TV-Berghofen 1904 e.V., der unseren Mädchen der Turnriege in

dieser Zeit mit einer Halle und entsprechenden Trainingszeiten aus-geholten hat.

TG Holzwickede 1884 e.V., welche unseren Nachwuchsturnerinnen dienstags die Möglichkeit gab, auch weiterhin trainieren zu können.



Der Vorstand und die Mitglieder des TV Arminius.

Regelmäßiger Sport im hohen Alter



Regelmäßiger Sport auch im hohen Alter erhöht die Lebensqualität, davon sind die Mitglieder des TV Arminius 1884 e.V. der Sportgruppe „UHU's“ überzeugt.

Das Training findet hoffentlich bald wieder jeden Dienstag von

20:00 bis 21:30 Uhr in der Turnhalle der Bachschule statt. Zum Trainingsprogramm gehört Aufwärmtraining, Prellball und Fußballtennis.

Am 12. Februar 2020 wurde ihr ältestes aktives Mitglied Herbert Franke 90 Jahre alt. Dies feierliche Ereignis wurde

nach der Trainingsstunde mit Fleischwurst und Getränken gefeiert. Zum Höhepunkt gehörte eine Verleihung der Urkunde durch den Vorstand an Herbert Franke und eine Karaoke-Vorführung Johannes Heesters durch Werner Staniszewski. Fotos: privat



Änderungs-Atelier

- Maßanfertigung
- Textilreinigung
- Heißmangel
- Änderungen von Damen- und Herrenbekleidung
- Abendmode

Öffnungszeiten:
Mo-Fr. 9-13 Uhr
15-18 Uhr
Sa. 10-13 Uhr

Wambeler Hellweg 109
44143 Dortmund
Tel. 0231/53214545

Sie erreichen uns mit der U-Bahn 43 und den Bussen 427 & 422 Haltestelle Rüschebrinkstr.

GOLD by .. 15 Jahre!
SCHICK & SCHÖN
Uhren Schmuck Goldankauf

Wir kaufen Ihr **Gold + Silber** Bargeldauszahlung sofort!

Antje Lubojanski
Geschäftsinhaberin

Wickeder Hellweg 106 • 44319 Dortmund • Tel. (0231) 21 41 86

Sanitär und mehr ... **DREGER**
Sanitär - Heizung - Klima - Lüftung

- Sanitärinstallation
- Kundendienst
- Barrierefreie Bäder
- Solaranlagen
- Brennwerttechnik
- Kaminsanierung
- Gasleitungssanierung
- Regenwassernutzung

Tielkenweg 8 • 44319 Dortmund
Telefon (0231) 27 61 24 • Fax (0322) 21 59 68 05
www.sanitaerundmehr.de • info@sanitaerundmehr.de
Wir sind Vertragsinstallateur der DEW21

Karnevalsgesellschaft Rot-Gold Wickede feierte die „Fünfte Jahreszeit“



Prunksitzung



In diesem Jahr fand die Prunksitzung wieder in der alten Dreifachturnhalle statt.

Rot-Gold hat wiederum ein riesen Ambiente gezaubert. Mit einer phänomenalen Bühne, die groß genug war um auch dem Tanzcorps der Steinenbrücker Schiffermädchen, die Möglichkeit zu bieten, ihr Programm vorführen zu können. Bei der Deckenhöhe konnten die Schiffermädchen durch die Lüfte fliegen.

Auch im Vorprogramm, moderiert von Janina und Ralf Lawicki, gab es viel närrische Unterhaltung. Rot-Gold gab einen Einblick in die Jugendarbeit und schickte „die Kleinen“ auf die Bühne. Auch das Kinderprinzenpaar Connor I. und Lucy I. ließen es sich nicht nehmen, auf einem kurzen Besuch vorbei zu schauen. Für den musikalischen Teil sorgten die Zinke Waggis aus Weil am Rhein mit ihrer Guggemusik. Mit dem Einmarsch des Elferrats wurde das sehnsüchtig erwartete Hauptprogramm der Prunksitzung eröffnet. Die Moderation lag in den Händen des Präsidenten und Exprinzen Andreas Winkelmann sowie beim 2. Vorsitzenden Ralf Lawicki. Gleich zu Beginn wurde das Vereinslied von Rot-Gold durch Petra Reckmann gesungen. Die Showtänze von

Rot-Gold: Die „Power People mit „Schneewittchen mal anders“, die „Spass-Girls“ mit einer Reise durch 50 Jahre Eurovision-Song-Contest und die „Mäuseriche“ mit dem aktuellen Tanz „Schlager Queen“ rockten die Bühne. Auch die Aktiven Garde ließ die Beine fliegen. Feuerwehrmann Kresse unterhielt das Publikum mit Anekdoten aus seinem Beruf und Ette & Lilly zelebrierten eine Bauchredner Show mit lustigen Neckereien.

Ehrungen dürfen auf keiner Prunksitzung fehlen, Peter Meyer wurde für sein Engagement für den Närrischen Rat und den Dortmunder Karneval mit dem LmaA geehrt, überreicht wurde diese vom Vorsitzenden Jeremy Pearce und dem Ehrenvorsitzenden Udo Asbeck. Auch das amtierende Prinzenpaar Thomas II. und Nicole I. mit Gefolge kamen zu Besuch und feierten mit. Der musikalische Teil des Programms wurde von Petra Reckmann, Janina Lawicki, und Sarah Carina gestaltet. Sie luden die Narrenschar mit ihren Stimmungs- und Discofoxliedern zum Schunkeln, Mitklatschen und Tanzen ein. Kurt Kokus holte sie dann später alle von den Sitzen und auf die Bühne mit seiner Darbietung. Zu den Klängen der Partyband „Hits 4 You“ wurde noch bis in den Morgen weitergefeiert. Fotos: privat



Probetraining

Zahlreiche interessierte Tanzbegeisterte kamen Anfang März in die Aula des Immanuel-Kant-Gymnasiums.

Die KG Rot-Gold hatte zum Probetraining eingeladen. Wenn wer nicht zu diesem Termin erscheinen konnte, aber trotzdem gerne tanzen möchte, kann sich auf der Homepage der Karnevalsgesellschaft Rot-Gold Wickede über die Trainingszeiten informieren. Ansonsten aber auch über Email, Facebook und Instagram. Foto: privat



Seniorenkarneval



Die Karnevalsgesellschaft Rot-Gold Dortmund-Wickede 1967 e.V. feierte zusammen mit dem Seniorenkreis der Caritas Dortmund-Wickede den alljährlichen Seniorenkarneval.

Närrisch ging es hier im Konradsaal zu. Neben einem bunten Programm ließen es sich das amtierende Dortmunder Prinzenpaar und das Dortmunder Kinderprinzenpaar nicht nehmen auch beim Seniorenkarneval vorbeizuschauen. Foto: privat

Bacchusbeerdigung

In diesem Jahr spielten sich traurige Szenen am Aschermittwoch zum ersten Mal im Hotel Lindenhof ab.

Die rot-goldenen Jecken ertränkten ihren Kummer zum unwiderrüflichen Ende des Karnevals in Pils und Schabau. Die Witwe in diesem Jahr von Fabian Winkelmann gespielt, dem jüngsten Mitglied der Mäuseriche, war untröstlich. Doch auch tröstende Getränke vermochten keinen wirklichen Trost zu spenden: Es war Schluss mit lustig

und die Session am Ende. Von den salbungsvollen Worten des „Pfarrers“ Heinrich von und zu Suffenberg psychologisch wieder aufgebaut zog die Trauergemeinde durch die Straßen von Dortmund-Wickede. Den finalen Akt führte Präsident Andreas Winkelmann durch, er übergab den Bacchus, die Symbolfigur des Dortmunder Karnevals, seiner Bestimmung - den Flammen. Unter großem Hallo wurde die Strohpuppe verbrannt. Aber niemals geht man so ganz! Denn am 11.11.2020 um 11.11



Uhr hüpfte der Schutzpatron quietschfidel wieder aus seinem „Grab“ und läutet die neue Sessi-

on ein. Darauf ein dreimal kräftiges Dortmund Helau! Foto: privat



15 Jahre „Schick und Schön“ in Dortmund-Wickede

- Anzeige -

Ihre Leidenschaft für schönen Schmuck hat Antje Lubojanski zu ihrem Beruf gemacht, als sie vor 15 Jahren das alteingesessene Juweliergeschäft auf dem Wickeder Hellweg übernahm.

Optik und Sortiment wurden extrem entstaubt und verjüngt. Statt auf Gold legte Antje Lubojanski den Schwerpunkt auf trendigen Silberschmuck und Uhren, die mit der Zeit gehen (Adora, Lo-

tus, Jaques Lemans, Vincenza, Heathergems u.m.). Bis heute hat sich dieses Konzept bewährt und die Chefin hat ein gutes Auge für das Besondere. So findet man bei „Schick und Schön“ immer wieder tollen, modernen Silberschmuck, schlicht oder in Verbindung mit besonderen Steinen (z. B. grünen Bernstein) oder Perlen. Junge und Junggebliebene zählt Antje Lubojanski zu ihren Kunden, die nicht nach den gängigen Labels suchen,

sondern sich von einem individuellen Schmuckstück finden lassen möchten. Aber auch Gold kommt hier nicht zu kurz, sondern zurück: Nach wie vor kann der gute Goldpreis genutzt werden, um hier manch alten Schatz zu Bargeld zu machen. Das gilt übrigens auch für Silber, Tafelsilber und Münzen. Zum Service gehören außerdem Reparaturen, Batteriewechsel und Anfertigungen. Und weil auch das eine Leidenschaft von Antje



Lubojanski ist, die sehr gut zu „Schick und Schön“ passt, bietet sie seit Kurzem auch kreative Nail-art an. Text u. Foto: F.K.W. Verlag

Alles für die Tonne



Foto: privat

Sie brauchen keine perfekte Figur – nur die richtige Passform!

HS
DER HOSEN-SPEZIALIST
FÜR DAMEN UND HERREN
www.hosenspezialist.com

Tolle Auswahl
Persönliche Beratung
Ausgezeichneter Service

Mo. bis Fr. 9.30 bis 18.30 Uhr / Sa. 9.30 bis 16.00 Uhr
Wasserstr. 5 • 59423 Unna (Nähe Markt)
Tel. 0 23 03/1 60 51 • Fax 0 23 03/1 49 66

Unter dem Titel „Alles für die Tonne“ erläuterte Klaus Heise von der EDG, dass Müll ein wertvoller Rohstofflieferant sein kann und wie Mülltrennung in Dortmund funktioniert.

Klaus Heise zeigte zudem die negativen, weltweiten Folgen von unsachgemäßem Umgang mit Müll auf. Die zahlreich erschienenen Mitglieder und Gäste beteiligten sich engagiert und lebhaft an der von der SPD-AG 60 plus in Wickede organisierten Informations- und Diskussionsveranstaltung.



Foto: DRK Blutspendedienst West

Bitte spenden Sie Blut

Rotes Kreuz braucht Konserven

Blutspenden in Zeiten von Corona – geht das? Es muss sogar. Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) ist nach wie vor auf Spender angewiesen. Wie das geht, erläutert Stephan Jorewitz, Pressereferent im DRK-Zentrum für Transfusionsmedizin Hagen.

Das Coronavirus vermehrt sich in Deutschland. Immer mehr öffentliche Veranstaltungen werden deshalb abgesagt. Die Menschen sollen nach Möglichkeit unnötige Zusammentreffen vermeiden, um die Ausbreitung zu verlangsamen. Dennoch sollten wir nicht außer Acht lassen, dass es Menschen gibt, die auch in einer solchen Krise Hilfe brauchen. Das DRK ist nach wie vor auf Blutspender angewiesen, damit es bei Blutkonserven keinen Engpass gibt. Auf der Website des DRK, www.drk.de, sind Hinweise zum Umgang mit dem Virus veröffentlicht. Vermehrtes Waschen und Desinfizieren der Hände steht natürlich ganz oben auf der Liste. Ja, das haben wir alle jetzt schon mehrfach gehört. Setzen wir es denn auch um?

Handhygiene
An diesen grundlegenden Infos

hat sich erst einmal nichts geändert. Da das Rote Kreuz nicht auf Spender verzichten kann, werde am Zentrum für Transfusionsmedizin in Hagen jetzt am Eingang noch genauer darauf geachtet, dass die Menschen sich die Hände desinfizieren. „Wir überlegen weiterhin, die Temperaturmessung weiter vorzuziehen, vielleicht sogar bis zur Anmeldung“, so der Pressereferent. Das Messen von Temperatur und Blutfarbstoff ist ein Schritt, der normalerweise direkt vor dem Arztgespräch stattfindet.

Keine Schniefnasen
Zur Blutspende sollen Menschen ja eigentlich nur gehen, wenn sie sich gesund fühlen. „Es gibt aber immer ein paar unbelehrbare Schniefnasen, die meinen, ‚ich habe ja nichts‘. Das sollte so nicht sein“, mahnt Jorewitz. Jede Erkältung ist eine Virusinfektion. Die meisten Menschen sind nach ein paar Tagen wieder fit, aber es gibt halt auch die, die ein „einfacher“ grippaler Infekt wochenlang außer Gefecht setzt.

Termine finden statt
Nun fährt man ja nicht einfach so



Foto: DRK Blutspendedienst Nord-Ost

nach Hagen zur Blutspende. Wie sieht es mit den Spendeterminen in Städten und Gemeinden aus, die der Blutspendedienst West organisiert? „Die finden planmäßig statt“, sagt Stephan Jorewitz. Auch hier werden die Hygienemaßnahmen jetzt verschärft, Desinfektionsmittel steht am Eingang bereit. Bisher habe noch kein Termin abgesagt werden müssen. „Was sein kann ist, dass Blutspendetermine in Schulaulen verlegt werden müssen“, so Jorewitz. Das Schulministerium habe eine Mitteilung herausgegeben, wonach alle außerschulischen Veranstaltungen in NRW erst einmal ausgesetzt sind. In dem Falle werde verlegt oder im schlimmsten Fall abgesagt. Das alles sei allerdings noch kein Grund zur Panik, weshalb der Hagerer

Pressereferent noch einmal eindringlich an die Menschen appelliert, Blut zu spenden. Schließlich kann jeder immer in die Situation kommen, Fremdblut zu benötigen. Sowohl im Zentrum in Hagen, als auch bei den stationären Blutspenden können Kontakte räumlich reguliert werden. So muss niemand Angst vor einer Infektion haben. Die DRK-Mitarbeiter tragen sowieso Handschuhe.

Kein Corona-Test
Wichtig: Das Coronavirus ist aktuell nur über eine Speichelprobe nachweisbar. „Es gibt noch keine Tests, die das Virus im Blut ermitteln können“, sagt Stephan Jorewitz abschließend. Daher werden Blutspenden auch nicht auf Corona getestet.

Prinzessinnen, Indianer und wilde Tiere beim TV Arminius

Trotz Sturm und Regen fanden sich rund 30 Kinder und Jugendliche des TV Arminius Wickede zusammen, um gemeinsam ausgelassen Karneval zu feiern.

In der Aula der Steinbrinkgrundschule gab es jede Menge Kammellen einzusammeln und tolle Preise zu gewinnen. Dafür gaben die Sportler bei Spielen wie Luftballon- und Zeitungstanz, Bonbon-Wettkampf und Stopptanz ihr Bestes. Auch das schönste Kostüm wurde wie jedes Jahr prämiert, auch wenn der Jury die Entscheidung bei all den kreativen Verkleidungen sehr schwerfiel. Foto: privat



Spendenübergabe beim Sonntagscafe



Die fleißigen Helfer von kfd und KAB mit Herrn Thomas Nalepa von der Katholischen Arbeitnehmer-Bewegung (hinten l.), Thorsten Haase (vorne r.) und rechts neben ihm Frau Jutta Hierl von der Katholischen Frauengemeinschaft kfd. Foto: A. Hierl

Zum zweiten Sonntagscafé im Jahr 2020 überreichten die Verbände kfd und KAB der Gemeinde „Vom Göttlichen Wort“ Dortmund-Wickede eine Spende von 1.450 Euro an den Vertreter vom Forum

Dunkelbunt, Herrn Thorsten Haase. Er ist der geschäftsführende Vorstand des Vereins, der sich unter dem Namen „Löwenzahn“ für Kinder- und Jugendhospizarbeit

einsetzt. Dauerhaft erkrankte Kinder ab 3 Jahren bis zu älteren Jugendlichen und ihre Familien werden von vielen Ehrenamtlichen des Vereins betreut. Das ganze Jahr 2019 war beim Kaffeetrinken mit gespendeten Ku-

chen jeweils am ersten Sonntag des Monats im Konradsaal Geld für den guten Zweck eingenommen worden.

Nasse Wände? Schimmelbefall?
ANALYSIEREN. SANIEREN. GARANTIEREN
ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken
Barowski-Böttcher GmbH
Dortmund 0231/3772046 - Iserlohn 02371/81690
barowski@isotec.de - www.isotec.de/barowski

Qualität schafft Vertrauen
Bauernhof Sprave

Jetzt aktuell
Suppenhühner, Hähnchen, Puten, täglich frische Eier, bunte Eier und immer Obst und 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

Ferien

NATUR PUR:
Gemütliche Ferienhäuser am **Beetzsee** (Brandenburg) für 4 bzw. 6 Personen, sep. Schlafräume, Dusche, WC, Küche und Gartenmöbel. Zum See (ideal für Angler) und Kiosk 50 m, super günstig!
Tel. 0231/21978 oder Tel. 0231/45 1392 ab 19.00 Uhr.

www.nordseestrand24.de

Komf. FeWo auf der **Insel Rügen**,
Tel. 02303/690112 ab 17 Uhr

Nordseeküste Dornum, FeWo Refugium Friesenwind Dornum,
Anfrage ab 5 ÜN f. 2 Pers.,
Tel. 0172 - 1830212

Sie möchten eine Kleinanzeige veröffentlichen?
Bestellschein ausfüllen, in einer der genannten Annahmestellen abgeben und direkt bezahlen!

Nachhilfe

Erteile Nachhilfe in Englisch und Französisch. Tel. 0231/5337888

Immobilien

Wir suchen laufend für vorgemerkte Kunden im Großraum Dortmund, Unna, Kamen, EFH, DHH, MFH u. ETW
Nutzen Sie unsere kostenfreie Bewertung Ihrer Immobilie
Denninghoff Immobilien
Tel. 02301-14214

Verkäufe

Kupferdruck Wandteller
22 Stck., versch. Motive auch einzeln, zu verk. Preis VS, Tel. 0177464628

Sonstiges

Hundepension Glossop Kennel
Tages- und Ferienunterbringung
Tel. 02301/13271 oder 0157/30106663

Fenster, Haustüren, Rollläden, Insektenschutzrahmen mit kompl. Montage, Bauelemente Richter, Unna-Massen, Tel. 02303/50524

Tierpension Pets Home
- Der Urlaubsort für Ihre Tiere -
in Bergkamen, Infos unter
Tel. 02307/947320

Hubsteiger-Vermietung bis 16 Meter Höhe, **Fa. Vogler Bedachungen**. Tel. 0177/2053892

Modelle für Azubi gesucht!
Damen u. Herren, Friseur Schäfer, Do-Kurl, Tel. 0231-285462

Annahmestellen

Holzwickede:
LOHENSTEIN, Allee 15
Tinten Oase, Bahnhofstraße 2

Dortmund-Wickede:
Bettenparadies HUTH
Wickeder Hellweg 67

Methler:
Möbelhaus König,
Germaniastraße 23-25

Oberaden:
Optik - Schmuck Mittmann
Jahnstraße 81

www.fkwverlag.com

Annahmeschluss für Kleinanzeigen ist der 04.05.2020

Deko Träume zu kleinen Preisen

Raumdesign Falkenstein

- ▲ Teppichböden
- ▲ Sonnenschutz
- ▲ Gardinen
- ▲ Geschenkartikel

Gardinenwäsche Wir machen Ihr Zuhause frühlingssfrisch!
preiswert und schnell!
Anruf genügt - Wir kommen!

Husener Straße 46 - 50 (Einkaufszentrum)
Telefon (0231) 23 53 73
www.raumdesign-falkenstein.de
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.00 bis 18.30 Uhr
Sa. 9.00 - 13.30 Uhr

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

Bestellschein für eine Kleinanzeige
Nachstehender Text soll in den Ausgaben für den
Monat erfolgen.

Bitte Druckbuchstaben schreiben, jeder Buchstabe ein Kästchen!

Name:

Anschrift:

Telefon-Nr.:

Die Anzeige soll mit / ohne Anschrift bzw. mit Telefon-Nr. erscheinen. Nichtzutreffendes streichen. Die Annahme der Anzeige bleibt dem Herausgeber vorbehalten.

Quittung:
Eine private Kleinanzeige für insgesamt 3,- Euro

Geschäftliche Kleinanzeige und Anzeigen für Ferienhäuser und -wohnungen je Zeile à 3 Euro Euro
+ 19 % MwSt. Euro
insgesamt Euro

wurden bei Textabgabe in der Annahmestelle bezahlt.

Die reine grüne Freude

Kräftiger Rasen und bunte Vielfalt im Frühjahrsgarten

Kräftig grün, dicht, ohne Filz und Moos: So sieht Gärtners Wunschtraum vom perfekten Rasen aus. Damit die Halme sprießen, kommt es auf eine regelmäßige Pflege und die richtigen Nährstoffe an. Die Basis legt man idealerweise im Frühjahr, schließlich haben Kälte, Schneelast und Nässe in den Wintermonaten die Kraftreserven des Rasens aufgezehrt.

Mit dem Ende der Frostperiode kann die Rasenpflege beginnen. Gleichzeitig kann jeder Gartenbesitzer etwas gegen das Insektensterben unternehmen, indem er mit blühenden Wiesen neue Lebensräume für die Summer und Krabber schafft.

Erst düngen – das Mähen kann warten

Zum Start in die Frühlingssaison braucht das Grün vor allem eines: frische Nahrung. Empfehlenswert ist ein stickstoffbetonter Rasendünger. Diesen kann man bereits zeitig im Frühjahr gleichmäßig auf der Rasenfläche verteilen. Mehr Zeit lassen können sich Gartenbesitzer hingegen mit dem ersten Mähen des Jahres. Erst sollte der Rasen sprießen, nach dem Düngen kann der Mäher mindestens noch ein bis zwei Wochen im Winterquartier bleiben. Weniger ist mehr, lautet die Faustformel für den ra-

senfreundlichen Fassonschnitt. Denn damit die Halme tief wurzeln können und dicht wachsen, ist es hilfreich, den Rasen lieber häufiger, dafür aber nicht zu kurz zu schneiden.

Frühstart mit dem Vertikutierer vermeiden

Einen Frühstart legen viele Rasenliebhaber mit dem Vertikutierer hin. In dieser Hinsicht ist mehr Geduld gefragt. Vertikutieren ist dann empfehlenswert, wenn der Rasen stark verfilzt und von Moos durchsetzt ist. Mit diesem Arbeitsschritt wartet man jedoch am besten, bis der Rasen nach dem Winter wieder zu Kräften gekommen ist. Ein guter Zeitpunkt ist das spätere Frühjahr, wenn das Thermometer mindestens zehn Grad Celsius anzeigt und trockene Witterung herrscht. Das Vertikutieren dient dazu, dem Rasen mehr Luft für frisches Wachstum zu verschaffen – und die Versorgung mit Mineralien sowie Wasser zu verbessern. Bleibt der Regen in den Tagen nach dem Vertikutieren aus, muss der Gartenschlauch zum Einsatz kommen. Ansonsten lautet das Motto für das Rasenwässern: lieber seltener, dafür umso gründlicher. Eine Wassergabe ein bis zweimal wöchentlich reicht aus, empfohlen wird jeweils eine Menge von 20 bis 25 Litern pro Quadratmeter, idealerweise am frühen Morgen oder späten Abend.



Foto: dj/d/STIHL

Für mehr Insektenvielfalt im Garten

Ein schön gepflegter Rasen, der Grillpartys und das Toben der Kinder aushält, ist das eine. Wer aber gleichzeitig in seinem Garten mehr Platz für Insekten schaffen möchte, der kann auch ein Eckchen seines Freiluftwohnzimmers mit einer Blumenwiese bestücken. Blumenwiesen sind ein probates Mittel, um Insekten in unserer Region neue Nahrungsquellen zu bieten und sie somit vor dem Aussterben zu bewahren. Dazu gibt es im Fachhandel spezielle Blumensamen-Mischungen, die zwei Vorteile vereinen: Sie enthalten Blumensamen, abgestimmt auf die besonderen Vorlieben verschiedener

Insektenarten, sowie einen milden organischen Dünger. Sie sorgen somit gleich in doppelter Hinsicht für mehr Insektenvielfalt – oberhalb und unterhalb der Erdoberfläche. Die spezielle Schmetterlings-Mischung lockt Schmetterlinge an, um so den Erhalt seltener Arten zu fördern. Die Marienkäfer-Mischung wiederum enthält Sorten, die den Käfer anlocken. Dessen Larven sind echte Vielfraße. Sie fressen problemlos bis zu 100 Blattläuse pro Tag und schützen somit ökologisch vor Schädlingen im heimischen Garten. Aber auch die ausgewachsenen Marienkäfer sind hilfreiche Mitstreiter im Kampf gegen Blattläuse. (dzi/djd)



IMMER DER PASSENDE SERVICE FÜR IHR OBJEKT

- Garten- und Außenanlagenpflege
- Baumfällungen und Grünschnitt
- Baumwurzelentfernung
- Pflasterarbeiten
- Zaunbau und Toranlagen
- Winterdienst

Philipp Kehl
 Lebigweg 5 • 44319 Dortmund
 Tel.: (0231) 27 19 24
 Mobil: 0170-74 26 45 9
 info@kehl-objektservice.de
 www.kehl-objektservice.de

OBJEKTSERVICE

Ambulante Betreuung
A.Brückner
 Wickeder Hellweg 134
 Bürozeiten: Mo. - Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
 Tel. (0231) 5 63 03 40 • www.mzm-dortmund.de
 Zulassung aller Pflegekassen

edelhoch2
blumen deko lifestyle
 im Edeka Patzer Do-Wickede
 Ö-Zeiten: Mo – Sa 9.00 – 18.00 Uhr
 Tel. 0151-40 08 86 34
 Mail: info@edelhoch2.de

Rechtsanwaltskanzlei
Eugen Michael
 Asselner Hellweg 186 • 44319 Dortmund
 Tel. (0231) 9 27 02 70 • Fax (0231) 92 70 17
 www.Kanzlei-Michael.de

Änderungsatelier Manfred Schubert
 Reinigung • Verkauf von Damen- & Herrenhosen
 Wickeder Hellweg 137 • 44319 Dortmund
 Tel. (0179) 200 51 78
 Mo 9.00 Uhr – 13.00 Uhr • Di – Fr 9.00 Uhr – 13.00 Uhr
 u. 15.00 Uhr – 18.00 Uhr • Sa. 9.00 Uhr – 12.00 Uhr

Freie Tankstelle
Stephan Haack
 KFZ Meisterbetrieb
 Asselner Hellweg 75 • Dortmund-Asseln
 Tel. (0231) 3 95 86 42 • Fax (0231) 3 95 86 43

Auto Neuhaus
 Inh. Michael Weise
 Wartung, Reparatur, Verkauf, EU-Neuwagen
 Asselner Hellweg 107 • 44319 Dortmund
 Tel. (0231) 27 95 31

Änderungs-Atelier in Do-Wambel
 Maßanfertigungen, Abendmode
 Mo – Fr 9.00 – 13.00 u. 15.00 – 18.00 Uhr,
 Sa 10.00 – 13.00 Uhr
 Wambeler Hellweg 109
 Haltestelle Rüschebrinkstr.
 Tel. (0231) 53 21 45 45

Badstudio Grothaus
 Meisterbetrieb für Fliesen u. Sanitär
 Tel. (0231) 27 12 32
 Asselner Hellweg 112 • 44319 Dortmund
 www.badstudio-grothaus.de
 info@badstudio-grothaus.de

Pflegebüro Pflug
 Gesundheitszentrum Wickede
 Meylantstraße 91 • Do-Wickede
 Mo - Fr 9.00 - 17.00 Uhr
 Tel. (0231) 28 66 54 50

APFL - Pflegedienst
 GF: Andrea Becker
 Mobil: (0171) 48 24 054
 Büro: Wickeder Hellweg 137
 Mo - Fr 11.00 - 13.00 Uhr • Tel. (0231) 2 77 77
 Büro: Donnerstraße 11a • Termine nach Absprache

LVM Versicherungen
Michael Heisler
 Asselner Hellweg 116
 Tel. (0231) 1 76 94 47 • Fax (0231) 1 76 04 48
 www.heisler.lvm.de • m.heisler@heisler.lvm.de

Bestattungshaus
Reinecke
 Wickeder Hellweg 116
 Tel. (0231) 21 14 82 o. (0171) 3 13 45 94

Haarstudio Heike Bäcker
 Asselner Hellweg 116
 Dortmund-Asseln
 Tel. 0231-27 91 25
 Di - Fr von 8.30 - 17.00 Uhr
 Sa von 8.00 - 13.00 Uhr

Glaseri Hupach
 Asselner Hellweg 108 • 44319 Dortmund
 Tel. (0231) 27 09 17 • Fax (0231) 27 84 82
 Mo - Fr 9.00 - 17.00 Uhr
 Notdienst rund um die Uhr
 www.glasereihupach.de

REWE Dortmund-Wickede
Hellweg GmbH & Co. EH OHG
 Wickeder Hellweg 100-104 • 44319 Dortmund
 Tel.: (0231) 21 1655 • Fax: (0231) 216557
 Mail: wickede.02360@rewe-do.de
 Mo. - Sa. 6.00 - 22.00 Uhr

Podologin / Fußpflege
Gudrun Bloßfeld
 Am Funkturm 34 • 44309 Dortmund
 Tel. (0231) 58 92 39 45 • (0160) 91 56 60 69
 Termine nach Vereinbarung

Post, Bettenfachgeschäft und **Reisebüro**
Hartmut Huth
 Wickeder Hellweg 67 • Tel. (0231) 21 57 57
 Fax (0231) 21 21 70 • Mo - Fr 9.00 - 13.00
 u. 14.30 - 18.00 Uhr • Sa 9.00 - 13.00 Uhr
 www.perfekt-in-den-urlaub.de

Sander GmbH
 Fliesen- und Trockenbauarbeiten
 Tel. (0231) 21 58 75
 Mobil: (0171) 7 16 07 13

Blumen und mehr ...
 Inh. Stefanie Wandler
 Wickeder Hellweg 93 • Tel. (0231) 2 17 89 33
 Mo - Fr 9.00 - 13.00 u. 15.00 - 18.00 Uhr
 Sa 9.00 - 13.00 Uhr

Malerbetrieb Just
 Ingo Just Malermeister
 Steinbrinkstraße 99
 Tel. (0231) 5 65 52 06 • Fax (0231) 5 65 52 07
 Mobil (0151) 51 16 40 79
 www.malerbetrieb-just.com

Raumausstattung
Schriever
 Telefon: (0231) 21 27 66
 Mobil: (0171) 2 11 07 50
 Termine nach Vereinbarung

Autohaus Cordes GmbH
Alle Marken - ein Partner!
 Brackeler Hellweg 42 • 44309 Dortmund-Brackel
 Tel. (0231) 47 78 98-0 • Mail: info@auto-cordes.de
 www.auto-cordes.de

Intercoiffure Kählitz
 Wickeder Hellweg 105
 Telefon (0231) 21 34 43
 www.intercoiffure-kaehlitz.de
 Email: intercoiffure-kaehlitz@web.de
 Di u. Mi 9.00 - 18.00 Uhr, Do 9.00 - 17.00 Uhr,
 Fr 9.00 - 19.00 Uhr, Sa 9.00 - 15.00 Uhr

Haus Stiepelmann
 Wickeder Hellweg 43
 Tel. (0231) 21 18 88 • Fax (0231) 2 17 43 08
 Mo, Mi 16.30 – 23.00 Uhr • Di Ruhetag
 Do – So, 11:30 – 14:30 u. 16.30 – 23.00 Uhr
 und nach Vereinbarung • www.haus-stiepelmann.com

Die Hörbiene
 Do-Husen • Husener Straße 63 • Tel. 27 12 10
 Do-Brackel • Flughafenstraße 2 • Tel. 5 45 27 44
 Do-Körne • Körner Hellweg 63 • Tel. 8 64 08 02
 Do-Mengede • Sieburgstraße 19 • Tel. 9976500

Körper XX
 Kosmetik, Fußpflege, Massage, Nageldesign
 Asselner Hellweg 121 • 44319 Do-Asseln
 Tel. (0231) 98 34 58 90
 Di - Fr 9.00 - 18.30 Uhr • Sa. 9.00 - 14.00 Uhr
 und nach Vereinbarung

Zum Bürgerkrug
 Gaststätte - Restaurant • Am Hagedorn 24
 44319 Do-Asseln • Tel. (0231) 27 95 91
 Mi-Mo ab 17.00 - Küche 17.30 - 22.00 Uhr
 Sonn- + Feiertage 11.00 - 15.00 + ab 17.00 Uhr
 Küche 11.30 - 14.00 + 17.30 - 22.00 Uhr - Di Ruhetag

Sanitär • Heizung • Klima • Lüftung
Klaus Dreger
 Tielkenweg 8
 Tel. (0231) 27 61 24
 Fax (0322) 21 59 68 05
 www.sanitaerundmehr.de

Jeder kann sich eintragen lassen!
 Ein Eintrag pro Ausgabe kostet 10,00 Euro zzgl. MwSt.
 Berechnung im Voraus bis Jahresende per Lastschriftinzug!



Wir tun alles dafür,
damit wir das
gemeinsam
schaffen...



...und bauen.
Ihnen bald gerne
wieder etwas aus Holz:
individuell und auf Maß!



**ARNDT BARTEL
TISCHLEREI**



HERLINGSWEG 5
44 309 DORTMUND
TEL (0231) 92 52 79 83

WWW.BARTEL-TISCHLEREI.DE