

ortszeit

DAS MAGAZIN FÜR DIE GANZE FAMILIE



Stadtgespräche
Neues aus der Region

Termine
Veranstaltungen im
Kreis Unna



CREATIVA

Europas größte Messe
für kreatives Gestalten

14.-18.03.2018
Messe Dortmund

www.messe-creativa.de



Teschner + Team
Zahn-S-thetik GmbH ®

30 Jahre
Teschner + Team



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

www.zahntechnik-unna.de



Faisal Kawusi

"Glaub nicht alles, was du denkst"

17.03.2018
Stadthalle Unna

Gepflegt leben im Herzen von Unna



Unabhängig, vielseitig, sicher umorgt, liebens- und lebenswert sollte das Zuhause sein – das gilt auch für ältere Menschen. Diese Sicherheit bietet das Domizil am Hellweg mitten im Herzen von Unna seinen Bewohnern.

Professionelle Betreuung sorgt für Sicherheit

Zudem verfügt jede Wohnung über einen Notruf. Selbstverständlich sind alle Bereiche des Hauses und die Außenanlagen auch mit einem Rollstuhl leicht zu erreichen. Für das Wohlbefinden der Bewohner sorgen ein Beschäftigungs- und Bewegungsprogramm, sozialkulturelle Veranstaltungen, sowie ein eigener Pflegedienst mit 24-Stunden-Erreichbarkeit. Wer in das „Domizil am Hellweg“ zieht, muss sich nicht sorgen, im Fall der Pflegebedürftigkeit wieder umziehen zu müssen. So können auch Menschen einziehen, die bereits eine Pflegestufe haben. Kurzum: Im „Domizil am Hellweg“ findet jeder sein neues Zuhause.

Cafés, Restaurants, Geschäfte, Apotheken, Ärzte und Krankenhäuser sind schnell erreichbar. 80 hochwertig ausgestattete Zweiraumwohnungen zwischen 45 und 85 Quadratmetern bieten Platz für persönliche Entfaltung. Alle Wohnungen verfügen über einen Balkon oder eine Loggia und sind bequem mit dem Fahrstuhl zu erreichen. Im Zentrum der Anlage befindet sich ein 600 Quadratmeter großer Dachgarten mit Terrasse.

- TOP-Lage an der Fußgängerzone
- 80 barrierefreie, komfortable Wohnungen
- Großer Dachgarten, eine Oase der Ruhe
- Attraktive Gemeinschaftsräume
- Wohlfühlbad und Fitnessraum
- Tiefgarage im Haus
- 24 h Hausnotruf – garantiert ein Höchstmaß an Sicherheit
- Eigener ambulanter Pflegedienst rund um die Uhr im Haus
- Zahlreiche sozialkulturelle Aktivitäten
- Mittagsmenue und Kaffeerunde im eigenen Restaurant
- Hausmeister- / Reinigungsservice, weitere Wahlleistungen

Sie möchten mehr Informationen über unser betreutes Wohnen?

Rufen Sie uns bitte einfach an.



Clubraum zur Terrasse



Bibliothek mit Kamin



Wohnbeispiel

Massener Straße 18-22
59423 Unna

Tel.: 0 23 03 - 25 89 97 - 0
Fax: 0 23 03 - 25 89 97 - 199

unna@bonifatius-gmbh.de
www.bonifatius-gmbh.de

Das Domizil am Hellweg ist eine Einrichtung der



Anzeige

Bergkamen
Frühjahrskirmes

6

Kultur
Portrait Clara's Voices

18

KFZ
Machen Sie Ihr Auto frühlingsfit

24

Ratgeber
Versicherungen für junge Leute

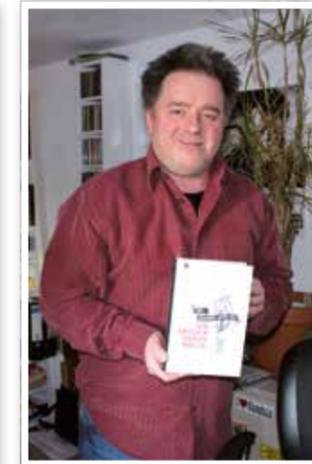
32

Termine
Veranstaltungskalender

40



Titel
Seite 4
Schülerfirma „Paladies“



Kultur
Seite 34
Autor Raimon Weber



Benefizkonzert
Seite 46
Heeresmusikcorps Kassel

Liebe Leserinnen und Leser,

Editorial

Sie heißen „Ostfriesische Möwe“ und „Araucana“, „Wyandotte“ oder „Lakenfelder“. Sie sind Hühner. Falls Sie zu Ostern ein Osterei färben oder sich ein Rührei gönnen wollen, bekommen Sie vermutlich kein Ei dieser alten Hühnerrassen in Topf oder Pfanne. Hybridhühner, also die Züchtung und optimale Mischung verschiedener Rassen, erledigen heute die Arbeit. Und damit haben sie gut zu tun, denn in Deutschland werden im Jahr zwölf Milliarden Eier produziert. 45 Millionen Legehennen sorgen für Ihr Osterei und für Ihren Eierkonsum: Der Durchschnittsverbrauch liegt aktuell bei 235 Eiern pro Einwohner, viereinhalb Eier pro Woche. Tendenz steigend.

ternde Antwort: Dann braucht das perfekt gekochte Ei zwischen dreieinhalb und elf Minuten Zeit. Geht's auch etwas genauer? Ja, selbstverständlich, aber neben der Garzeit spielen auch Größe, Gewicht und Temperatur der Eier eine Rolle: Schließlich liegt zwischen einem „S“ und einem „XL“ ein Unterschied von stattlichen 40 Gramm, eine Welt. Folglich heißt der erste Rat: Wenn Sie mehrere Eier zubereiten, alle aus demselben Karton bzw. derselben Größe nehmen. Zweiter Hinweis: Man sollte sich auf die optimale Zubereitung hinarbeiten. Und wenn dann das perfekte Ei in sechs Minuten steht. Am nächsten Sonntag Größe, Temperatur und Prozedere nicht verändern.

mal werden aber auch natürliche Farbstoffe - sogenannte Carotinoide ins Futter gemischt.

Und welche Farbe der Schale ist Ihnen Recht? Nein, zwischen Gefieder- und Eierfarbe gibt es keinen Zusammenhang. Die Färbung ist genetisch bedingt. Eier können weiß, braun, grünlich oder rötlich sein. Dass es vor allem braune Bioeier gibt, hängt mit der Gewohnheit der Verbraucher zusammen: Sie verbinden weiße Schalen mit Käfighaltung. Diese Annahme bedient die Geflügelindustrie, indem meist braune Eier in den Handel kommen, weiße hingegen eher in Bäckereien, Großküchen und Lebensmittelbetriebe. Ganz allgemein gibt es in Deutschland so wieso weniger weiße Exemplare.

Für ein dunkles, von Verbrauchern oft besonders geschätztes Eigelb sorgt ökologische Freilandhaltung mit Grünfütter-Anteilen, manch-

Die lassen sich aber schlechter färben: Für das Osterei sollte es also ein weißes Exemplar sein, rät Ihr Team der Ortszeit.

Ein Ei enthält etwa sieben Gramm Eiweiß, das sich ungefähr gleichmäßig auf Eiklar und Eigelb verteilt und alle neun essenziellen Aminosäuren enthält. Hühnereier sind außerdem reich an den Mineralstoffen Kalium, Calcium und Eisen und den Vitaminen A, D, E und Vitaminen der B-Gruppe.

Wie mögen Sie das perfekte Frühstücksei? Mit festem Eiweiß und flüssigem Dotter ist es für Viele perfekt. Bevorzugen Sie es lieber sehr weich, wachsweiß, mittelhart oder hartgekocht? Bleibt die Frage, wie komme ich zu einem solchen Ergebnis und die ernüch-

Impressum

**Ortszeit Kreis Unna
Herausgeber und Verlag:**
FKW – Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Delecker Weg 33
59519 Möhnese- 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
w.walter@ortszeit.eu
Regina Schraaf
Tel.: 0 29 24 • 87 970-24
schraaf@ortszeit.eu
Michael Just
Tel.: 0 23 03 • 30 10 722
just@fkwverlag.com
Sandra Schmidt
Tel.: 0 23 03 • 30 10 723
schmidt@ortszeit.eu

**59423 Unna • Heinrich-Hertz-Straße 1a
Fax: 0 23 03 • 30 10 729
www.ortszeit.eu**

Redaktion: Michaela Dziwisch,
Heike Sieger

Satz: FKW Fachverlag GmbH
Druck: Senefelder Misset,
Doetinchem
Erscheinungsweise: monatlich
Verbreitungsgebiet: Auslagen in Unna, Kamen und Umgebung
Erfüllungsort: Möhnese
Auflage: 30.000
Keine Gewähr für unaufgefordert eingedachte Manuskripte oder Fotos. Der Abdruck von Veranstaltungshinweisen ist kostenlos. Abdruck und Vervielfältigung redaktioneller Beiträge und Anzeigen bedürfen der ausdrücklichen Zustimmung des Verlages.

Titel: Lindenbrauerei Unna

Das beste Fleisch aus aller Welt

Shop: Mo. – Sa. ab 10.00 Uhr
Restaurant: Mo. – Sa. ab 12.00 Uhr
Bahnhofstraße 56 • 59423 Unna • Tel. 02303/7777355
unna@der-filetshop.de • www.der-filetshop.de

Paladies „Alles Paletti am PGU“

Schüler des Pestalozzi-Gymnasiums Unna bauen Möbel aus Europaletten

Abends 18 Uhr in Unna: Der Vorstand der Firma „Paladies“ hat seine Anteilseigner zur Jahreshauptversammlung geladen, um Rechenschaft über das vergangene Geschäftsjahr abzulegen. Ein ganz normaler Vorgang, wären die beiden Geschäftsführer nicht erst 15 Jahre alt. Denn „Paladies“ ist eine Schülerfirma. Gegründet haben sie 25 Jugendliche des Pestalozzi Gymnasiums in Unna (PGU) besuchen.

Das Projekt

Das bundesweite Projekt wird von der gemeinnützigen IW JUNIOR GmbH, die Teil des Instituts der Deutschen Wirtschaft Köln ist, durchgeführt. Dabei gründen Schüler für die befristete Laufzeit von einem Schuljahr ein Unternehmen. Im Team erlernen und erproben die Schüler Grundprinzipien unternehmerischen Handelns. Ob das Thema „Löhne“, „Steuern“ oder „Verantwortung gegenüber den eigenen Mitarbeitern“ heißt: Sie erweitern ihren Horizont und lassen sich auf den Blickwinkel des Unternehmers ein. Eine Erfahrung, die für die Jugendlichen auch im späteren Berufsleben von Vorteil ist.

Gründung von „Paladies“

„Wir haben uns angeguckt, was andere Schülerfirmen in dem Projekt bisher gemacht haben.

Bereits in der siebten Klasse hatten sich die Jugendlichen für die Gründung einer Firma und die Mechanismen der Wirtschaft interessiert. Deshalb wählten alle den Differenzierungskurs „Wirtschaft und Politik“, in dessen Rahmen sie nun am Projekt „Junge Unternehmer Initiieren, Organisieren & Realisieren“, kurz JUNIOR, teilnehmen.



team der Marketing-Abteilung hat nicht nur das Firmenlogo entworfen sondern auch Flyer, Visitenkarten und die Website gestaltet. Alle Möbel, die „Paladies“ verkauft, haben die „Mitarbeiter“ der Produktionsabteilung selbst entworfen. Gefertigt werden sie nach eigens erstellten Bauplänen von Hand. Das Angebot umfasst eine Bank inklusive Kissen für 199 Euro, einen Tisch für 54,95 Euro und ein Regal für 45,95 Euro. Bestellen können die Kunden die Möbel per E-Mail über die Website www.paladies-pgu.jimdo.de.

Produziert wird in einem landwirtschaftlichen Betrieb in Unna-Lünern. Der Besitzer stellt den Schülern seine Werkstatt zur Verfügung und hilft darüber hinaus bei der Produktion. Jeden Dienstag von 12.15 bis 15.25 Uhr stellt die Produktionsabteilung die Möbel her. Die „Firmenzentrale“ ist das PGU. Hier haben die Jugendlichen jeden Donnerstag eine Doppelstunde (9.40 bis 11.15 Uhr) Zeit, für ihre Firma zu arbeiten. In dieser Zeit werden dann Besprechungen abgehalten, Fortschritte dokumentiert, Verbesserungen vorgeschlagen oder aktuelle Aufgaben erledigt.

Buchführung Rechnungen schreiben, Material selbst einkaufen, Marketingmaßnahmen wie Flyer und Visitenkarten dru-

cken, eine Webseite gestalten, Facebook und Instagram-Accounts erstellen und natürlich Bestellungen aufnehmen sowie mit Kunden kommunizieren: Das sind alles Aufgaben, die die Schüler unter sich aufgeteilt haben und eigenständig erledigen. Unterstützt werden sie dabei von ihren Lehrern sowie der JUNIOR Geschäftsstelle, die Fragen beantwortet oder beispielsweise eine Software zur vereinfachten Buchführung zur Verfügung stellt. Verkauft haben sie bisher einen Tisch. „Es gibt aber viele Interessenten“, so Geschäftsführer Paul Wehmeier auf der Jahreshauptversammlung. „Wir haben jedoch noch das Liefer-

Das Unternehmen

Neben dem Vorstand gibt es die Bereiche Marketing, Finanzen / Einkauf, Verwaltung und natürlich Produktion. Das Kreativ-

problem. Bisher müssten sich Kunden ihr Möbelstück selbst abholen oder 10 Euro Aufpreis für die Lieferung bezahlen. Daran arbeiten wir gerade.“ „Nach den ersten Schwierigkeiten, die wir jetzt in den Griff bekommen haben, stehen alle Mitarbeiter voll hinter der Firma und wollen schaffen, dass es läuft“, lautet das Fazit von Paul zum Schluss des Geschäftsberichts auf der Versammlung. Damit schaut „Paladies“ positiv in die Zukunft. Wer die jungen und kreativen Unternehmerinnen und Unternehmer unterstützen möchte, sollte also unbedingt auf der Unternehmenswebsite vorbeischauen.

Mit rasanten Fahrgeschäften den Frühling begrüßen

Vom 23. bis 26. März lockt die Frühjahrskirmes nach Bergkamen

Kaum zeigen sich die ersten Sonnenstrahlen und vertreiben den Winter, da startet auch schon wieder die Kirmes Saison. Die bunten Volksfeste locken jährlich ca. 180 Millionen Besucher auf die zahlreichen Festveranstaltungen in Deutschland. Auch in Bergkamen kann der bunte Glanz der Kirmeswelt schon kurz vor Ostern erlebt werden: Vom Freitag, 23. März, bis Montag 26. März, jeweils von 14 bis 22 Uhr drehen sich nämlich auch die Karussells der mittlerweile zur Tradition gewordenen Frühjahrskirmes auf dem Bergkamener Marktplatz.

präsentieren diverse Schausteller rasante Fahrgeschäfte, attraktive Los- und Spielbuden sowie leckere Imbissbetriebe (auch mit vegetarischen Gerichten) und Süßwarenstände.

Aber was wäre eine Kirmes ohne Fahrgeschäfte? Für kleine Kirmesbesucher werden unter anderem der Kinderkettenflieger, der Safari-Trip und das Kinderparadies vor Ort sein. Erwachsene können sich neben den Klassikern wie dem Musik-Express auf einen Simulator freuen. Als Highlight hat sich in diesem Jahr „Hully-Gully“ angekündigt. Die Kirmes endet am Montag mit einem „Familientag“. Dann lautet das Motto: „Einmal zahlen, zweimal fahren“.

Auf der Veranstaltungsfläche



Fotos: Stadt Bergkamen

Fleisch und Wurst kehren zurück in Unnas Innenstadt



Lange Zeit stand der alte Laden in der Bahnhofstraße 38 in der Fußgängerzone leer. Doch damit ist jetzt Schluss, denn seit dem 23. Februar hat „Hackepeter“ dort eröffnet. Die Inhaber Christian und Monika Rafalcik möchten mit einem modernen Konzept ihre Fröndenberger Heimatfleischerei und Partyservice erweitern und zukunftsfähig machen.

haftes täglich frisches Mittagbuffet sowie feine Snack- und Steakkreationen, bieten sie den Berufstätigen und Besuchern der Fußgängerzone an. Bei „Hackepeter“ ist also für jeden Geschmack etwas dabei.

„Den Laden haben wir als modernes Bistro mit nostalgischen Elementen gestaltet, sodass man sich wirklich wohlfühlen kann. Außerdem gibt es Steh- und Sitzplätze“, erklärt Monika Rafalcik.

Schauen auch Sie vorbei. Christian und Monika Rafalcik freuen sich auf Sie!

Selbst hergestellte Fleisch- und Wurstwaren, aus Fleisch von lokalen Erzeugern, ein schmack-

Gartenbau Volker Deifuß lädt zum Frühlingfest

– Anzeige –



Um den Frühling zu begrüßen, laden Volker und Anne Deifuß zu ihrem traditionellen „langen Blumensamstag“ in ihren Gartenbaubetrieb, Altenmethler 8 in Kamen ein.

Am 17. März können Kunden von 9 bis 16 Uhr nach Herzenslust Stiefmütterchen, Primeln und viele weitere Frühlingblumen für ihren Garten, ihre Terrasse oder ihren Balkon erste-

Musterbepflanzungen und Dekorationsbeispiele liefern für noch Unentschlossene die passende Inspiration. Zudem können sich die Besucher auf Frühlingrabatte von bis zu 20 Prozent freuen. Für das leibliche Wohl sorgen Bratwurst, Kaffee und Kuchen.

Begrüßen auch Sie den Frühling beim Frühlingfest im Gartenbaubetrieb Deifuß. Volker und Anne Deifuß freuen sich auf Ihren Besuch!

Ein Treffpunkt für Engagierte

9. Ehrenamts- und Ideenbörse in Unna

Ehrenamtliches Engagement ist vielfältig und erweitert den eigenen Horizont. Der Kontakt mit neuen Menschen, mit Problemen und mit Lösungsversuchen erhöht fast immer soziale Kompetenz und Kommunikationsfähigkeiten. Wer aktuell auf der Suche nach einer ehrenamtlichen Tätigkeit ist, der ist bei der neunten Ehrenamts- und Ideenbörse in Unna richtig.



Zum neunten Mal wird zur Unnaer Ehrenamts- und Ideenbörse ins zib eingeladen. Foto: Veranstalter

Am Samstag, 17. März, stellen sich in der Passage und der Schwankhalle im Zentrum für Information und Bildung (zib) von 10 bis 13 Uhr Organisationen, Vereine und Einrichtungen verschiedenster Lebensbereiche vor, die ehrenamtlich Engagierte suchen. Organisiert wird die Ehrenamtsbörse von der Volkshochschule, der Ehrenamts-Agentur Unna, dem Caritasverband des Kreises Unna, der Arbeiterwohlfahrt Unna sowie dem Forum Generationen.

Interessierte Bürger können sich wiederum bei kostenlosem Kaffee und Waffeln über mögliche ehrenamtliche Arbeitsstellen informieren, Kontakte zu den Einrichtungen knüpfen, oder sich mit anderen Besuchern über bereits gesammelte Erfah-

rungen austauschen. Die Aussteller freuen sich über jeden Ehrenamtlich-Interessierten und stehen für allerlei Fragen und Anregungen zur Verfügung.

Diese Aussteller sind dabei

Zu den bereits angemeldeten Ausstellern gehören unter anderem der ADFC-Kreisverband Unna, Amnesty International, die Ausbildungspaten und Joblotsen, der Caritasverband im Kreis Unna, der Eine-Welt-Laden, die Freifunk-Community Unna, IN VIA Unna, der Kinder-

schutzbund im Kreis Unna, der Tauschring Unna und der Tierschutzverein Unna.

Die Ehrenamtsbörse, die ihren Ursprung beim Forum Generationen Unna hat, ist in den vergangenen Jahren zu einem festen Bestandteil in der Vernetzung und der Öffentlichkeitsförderung des ehrenamtlichen Engagements in Unna geworden. Generell ist das Ehrenamt aus der Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Mehr als jeder Dritte ist freiwillig aktiv, etwa im Verein, in der Kultur, in der Be-

treuung von Schülern und Senioren, oder in der Flüchtlingsarbeit. Die Zahl der Bereiche, in denen Ehrenamtliche aller Altersklassen tätig sein können, ist groß. Auch die Ehrenamtlichen selbst profitieren von ihrem Engagement. Jüngeren und älteren Menschen bietet sich beispielsweise die Chance auf intensive gesellschaftliche Teilhabe und Mitgestaltung. Zusätzlich fördern sie den Austausch zwischen den Generationen, Kulturen und Lebenswelten.

Geballte Infos aus Massen

Massener Netzwerk bringt neuen Flyer heraus

Eines ist zugezogenen Familien und frisch gebackenen Eltern gemein: Die Frage nach Vor-Ort-Angeboten wie zum Beispiel Krabbelgruppen, Schwimmkursen oder einer Bücherei. Das Netzwerk Massen bündelt alle Informationen in einer praktischen Broschüre.

Auf 34 Seiten finden (Neu-)Massener wichtige Anlaufstellen von der Tagesmutter über die Kontaktdaten örtlicher Sport-

vereine bis hin zu Kurzporträts von Schulen. Die Flyer liegen nun in Banken, ausgesuchten Geschäften und Arztpraxen aus. Initiatorin des informativen Flyers, der bereits zum dritten Mal aufgelegt und aktualisiert wurde, ist die evangelische Kirchengemeinde Massen zusammen mit dem Jugendamt Unna. Auch online können Sie die Angebote des ehrenamtlich betreuten Netzwerks sehen:

www.netzwerk-massen.de



Die Haupt-Akteure des Netzwerks (v.l.n.r.): Birgit Wedekin-Lux, Margot Akbulut und Carsten Pfaff. Jugendreferentin Freya Walke, Mitbegründerin der Broschüre, fehlt auf dem Bild.

Viel mehr als nur Schminke

DKMS LIFE schenkt Lebensfreude und Selbstwertgefühl



Die Diagnose Krebs, die jährlich rund 230.000 Frauen in Deutschland erhalten, bedeutet nicht nur den Kampf ums Überleben, sondern auch einen täglichen Kampf mit dem Spiegelbild. Denn die Krebstherapie mit Chemo- oder Strahlenbehandlung führt zu drastischen Veränderungen des Aussehens. Durch Haarverlust, Verlust von Wimpern und Augenbrauen oder Hautirritationen verlieren viele Frauen ihr Selbstbewusstsein und fühlen sich zusätzlich von der Krankheit gezeichnet.

In dem kostenfreien „look good feel better“ Kosmetikseminar am Mittwoch, 21. März, ab 15 Uhr von DKMS LIFE gemeinnützige Krebspatientinnen Hilfe zur Selbsthilfe im Umgang mit den äußeren Veränderungen während der Krebstherapie. Professionelle, geschulte Kosmetikexpertinnen zeigen ihnen im Katharinen-Hospital Unna Schritt für Schritt, wie sie die äußerlichen Folgen der Therapie kaschieren können: von der Reinigung und Pflege der oft sehr empfindlichen Haut, dem Auftragen der Grundierung und natürlichen Nachzeichnen der ausgefallenen Augenbrauen und Wimpern bis hin zum Abdecken von Hautflecken, die aufgrund der Bestrahlung ent-

standen sind. Darüber hinaus werden die maximal zehn Teilnehmerinnen in dem rund zweistündigen „Mitmachprogramm“ anschaulich zum Thema Tücher und Kopfschmuck beraten.

„Aktives Seminar“

Alle Patientinnen nehmen aktiv am Seminar von DKMS LIFE teil, das heißt, sie schminken sich selbst, um ein Gefühl für den Umgang mit den Produkten und deren Anwendung zu gewinnen. Die Kosmetikexpertin hilft ihnen dabei. Dabei geht es nicht um das perfekte Make-up, sondern um ein natürliches und frisches Aussehen für den Alltag und ein Stück Normalität. Die Teilnehmerinnen werden ermutigt, wieder einen Blick in den Spiegel zu werfen und das Erlernte auch im Anschluss an das Seminar umzusetzen. Denn für Krebspatientinnen ist Kosmetik oft viel mehr als nur Make-up – sie kann Therapie und Lebenshilfe sein.

Die Teilnahme und eine Tasche mit 13 hochwertigen Kosmetikprodukten, die auf die einzelnen Schritte des Programms abgestimmt sind, sind für die Patientinnen kostenfrei.

Information und Anmeldung im Katharinen-Hospital Unna bei Frau Barbara Liss, Telefon 02303/ 1001279.

100 Jahre Frauenwahlrecht

Internationaler Frauentag 2018 feiert Meilenstein der rechtlichen Gleichstellung



Das Recht aller Frauen bei Parlamentswahlen ebenfalls ihre Stimme abzugeben oder sich selbst wählen zu lassen, ist heute in unserem Grundgesetz verankert. Der Weg zu dieser Verankerung war jedoch nicht einfach. Das Wahlrecht musste von den Frauen genauso gewollt, eingefordert und erkämpft werden wie das allgemeine Wahlrecht für die männlichen Bürger.

Am 30. November 1918 trat das Reichswahlgesetz mit dem allgemeinen aktiven und passiven Wahlrecht für Frauen in Kraft. 2018 feiert das Frauenwahlrecht 100. Geburtstag. Kaum eine andere Errungenschaft veränderte das Leben aller Frauen so nachhaltig wie diese gesetzliche Verankerung.

Grund genug also, den 100. Geburtstag gebührend im Rahmen des Internationalen Frauentags am 8. März zu würdigen. Weltweit wird dieser Tag dazu benutzt, auf Themen aufmerksam zu machen, die für Frauen von besonderer Bedeutung sind.

Verschiedene Gruppen im Kreis Unna feiern das Jubiläum mit Veranstaltungen

In Bergkamen lädt das Frauentagsteam zur zentralen Feier am Sonntag, 11. März, von 11 bis 13.30 Uhr im Treffpunkt. Neben einem Rückblick auf die 100-jährige Geschichte des Frauenwahlrechts steht Lachen auf dem Programm. Denn Vera Deckers kommt mit ihrem Programm „Probleme sind auch keine Lösung“ zu Wort. Ein Programm, das es in sich hat. Rhetorik, Sprachwitz und die Gabe, Promis und andere Lichtgestalten unserer Gesellschaft in Gestik und Mimik nachzuahmen, werden schnell Begeisterung im Publikum aufkommen lassen.

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Kamen lädt die Stadtbücherei wie in jedem Jahr traditionell zum Frauenkabarett in ihre Räumlichkeiten ein. Am Freitag, 9. März, um 20 Uhr sind Änne und Lisbeth alias Christiane Birkelbach-Berger und Kerstin Klostermann-Hille zu Gast und werden dafür sorgen, dass kein Auge trocken bleibt. Der Eintritt beträgt 10 Euro.

– Anzeige –

Vom kleinen Kompakten bis zum großen Reisemobil

Bei McRent Dortmund/Unna finden Sie das perfekte Wohnmobil



Sie wollen ein Wohnmobil mieten und suchen nach dem besten Angebot? Dann schauen Sie doch bei McRent in der Hans-Böckler-Straße 22 in Unna vorbei!

Getreu dem Motto „fair - einfach - sicher“, finden Sie hier in der über 50 Fahrzeuge starken Mietflotte Ihr Traum-Wohnmobil. Zum Saisonstart warten günstige Rabatte auf Sie. Vom

Nordkap in Norwegen, über Frankreich und Italien bis hin zur Straße von Gibraltar: Egal wohin Sie Ihre Reiselust verschlägt, mit den neuwertigen Fahrzeugen von McRent kommen Sie immer sicher ans Ziel.

Lassen Sie sich vor Ort oder telefonisch vom kompetenten und freundlichen McRent-Team beraten! Weitere Infos unter dortmund@mcrent.de

McRent
WOHNMOBILE CLEVER MIETEN.

Europas größte Reisemobilvermittlung

Ein ganz neues Urlaubsgefühl erwartet Sie!

Tel.: 02303 33154417 • dortmund@mcrent.de
Hans-Böckler-Str. 22 • 59423 Unna

Salon Mecklenbrauck
Inh. Britta Garand

Im Damensalon arbeiten wir nach Terminabsprache.

Di. - Fr. von 8:30 Uhr bis 18:00 Uhr
Sa. von 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Wir wünschen unseren Kunden schöne Ostern!

Töddinghauser Straße 93 | 59192 Bergkamen
Tel.: 02307/62285

Ludwig Fresenius Schulen

Ausbildungen mit Spaß und Perspektive

Welche Ausbildung passt zu mir? Mit welchem Beruf habe ich gute Chancen auf dem Arbeitsmarkt? Diese Fragen beantworten Ihnen die Ludwig Fresenius Schulen in Dortmund und Lippstadt.

Neben regelmäßigen Infoveranstaltungen mit der Vorstellung des vielfältigen Angebots bieten sie individuelle Schnuppertage an. Natürlich ist eine ebenfalls eine individuelle persönlich Beratung möglich.

Vielfältige Aus- und Weiterbildungen

Die Ludwig Fresenius Schulen bilden an beiden Standorten Ergotherapeuten und Physiotherapeuten aus. Zum Angebot in Dortmund gehören zudem die Ausbildungen zum Biologisch-technischen Assistenten (BTA), Masseur und medizinischen Bademeister sowie zum Pharmazeutisch-technischen As-

sistenten (PTA). Wer bereits über einen Berufsabschluss und Praxiserfahrung verfügt, kann in Dortmund an einer technischen Weiterbildung zum Bautechniker, Elektrotechniker, Kfz-Techniker, Kfz-Sachverständigen oder Maschinenbautechniker teilnehmen. Am Standort Lippstadt werden zweimal im Jahr Rettungssanitäter ausgebildet.

Alle Ausbildungen vereinen umfassendes Fachwissen mit hoher Praxisnähe und individueller Betreuung. Eine Vielzahl an Projekten, Exkursionen und Praktika geben schon frühzeitig wertvolle Einblicke ins Berufsleben. Die Aus- und Weiterbildungen an den Ludwig Fresenius Schulen stehen Bewerbern mit unterschiedlichen Abschlüssen und Vorkenntnissen offen.

Ist Ihr Interesse geweckt? Dann finden Sie weitere Informationen unter www.ludwig-fresenius.de.

HACKEPETER
HEIMATFLEISCHEREI & GUTE SPEISEN

Jetzt neu in Unna!

Bahnhofstraße 38 • 59423 Unna • Tel. 02303/87110
info@rafalcik.de • www.rafalcik.de

Was tun bei ARTHROSE?

Wenn die zarten Gelenke der Finger an Arthrose erkranken, ist dies besonders bitter. Sie schmerzen dann nicht nur, sind nicht nur entzündet und verdickt, es bilden sich oft auch auffällige Knötchen, und die Spitze des Zeigefingers verbiegt sich zum kleinen Finger hin. So leiden viele Betroffene auch an den sichtbaren Veränderungen ihrer einst so schönen Hände. Zudem fallen so manche Gegenstände aus der Hand und selbst einfachste Alltagsbewegungen sind nur noch mühsam möglich. Welche Behandlungsform ist nun die wirksamste und wird dennoch viel zu wenig empfohlen? Zu dieser und allen anderen Arthroseformen gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe in ihrem Ratgeber „Arthrose-Info“ nützliche Empfehlungen, die jeder kennen sollte. Eine kostenlose Musterausgabe des „Arthrose-Info“ kann angefordert werden bei Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 11 05 51, 60040 Frankfurt/Main (bitte eine 0,70-€-Briefmarke für Rückporto beifügen) oder per E-Mail unter service@arthrose.de (bitte mit Angabe der vollständigen Adresse).

Von klassisch bis modern

Grabgestaltung wird immer individueller



Foto:djd/bolsius

Ein schön geschmücktes und bepflanztes Grab drückt zu jeder Jahreszeit die Verbundenheit zum Verstorbenen aus. Wichtig ist den meisten Menschen dabei auch, dass das Gedenken nicht zur Routine wird, sondern dass es persönlich erfolgt und das Besondere des Verstorbenen widerspiegelt.

dem Meer, stark im Kommen ist aber vor allem die Baumbestattung im Friedwald. Bei allem Wandel in den Trauer Ritualen gibt es aber auch eine Konstante: Es gibt immer einen Ort, der mit Blumen, Grabsteinen oder Gedenkplatten geschmückt wird.

Individueller Grabschmuck
Grablichte werden an Orten aufgestellt, die in enger Verbindung zu dem geliebten verstorbenen Menschen stehen. Das kann am Grab sein, aber auch an einem besonders schönen Platz in der Natur oder im Garten. Die

Bei den Bestattungsformen ist die Feuerbestattung inzwischen neben dem klassischen Erdbeigräbnis etabliert. Angeboten wird zudem beispielsweise die Verstreuung der Asche über

NATURSTEIN
Determann
Grabmale • Brunnen • Felsen
Bronzen • Bildhauerei
Buschweg 1-3 • 59174 Kamen (Süd) • Tel.: (02307) 94 44 15 • www.determann.de

KERAK
Naturstein
MEISTERBETRIEB
Bergkamen-Weddinghofen
Am Hauptfriedhof 6
Telefon: 0 23 07 - 6 93 50
E-Mail: kerak@t-online.de
www.naturstein-kerak.de
Grabmale und Skulpturen

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

Bestattungen Geißler
Mit uns den Abschied gestalten
Kamener Straße 11-13
59425 Unna
MEHRERFAHREN 0 23 03 / 94 24 994
24 Stunden für Sie erreichbar
www.bestattungen-geissler.de
Rüdiger Geißler

klassischen, schlichten Lichter in Rot oder Weiß werden jedoch zunehmend abgelöst von individuellen Grablichtern wie etwa den außergewöhnlich gestalteten Grablaternen.

Schön gestaltete Grabsteine, Stelen oder Grabplatten werten

nicht nur den Friedhof optisch auf, sie sind auch die letzte Möglichkeit, einen Verstorbenen für dessen Lebensleistung auszudrücken. Man kann überrascht sein, wie schön, schlicht und zeitlos elegant Grabdenkmäler heute sein können.

Gehlen
Bestattungshaus Gehlen
Inhaber Christian und Carsten Strauß
Meisterbetrieb & Geprüfter Thanatopraktiker
Individuelle Bestattung nach Ihren Wünschen.
Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten.
59174 Kamen-Methler, Am Langen Kamp 30
Telefon: 02307 / 932 930

KROKOWSKI
NATURSTEIN BETRIEB
STEINBILDHAUEREI
58706 Menden
Fröndenberger Str. 134
Tel.: 0 23 73/1 48 02
Urnengrabgestaltung • Individuelle Fertigung von Grabmalen, Einfassungen, Abdeckplatten
Beschriftung und Motive aller Art
Bronzegieß Skulpturen, Lampen und Vasen

WILMS-BASEL
BESTATTUNGEN
„Eine würdige Bestattung muss kein Vermögen kosten.“
Wolfgang Wilms
Unser Basisangebot: **899,-** Euro
Bestatterleistungen für Feuerbestattung:
♦ Kiefer-Vollholzsarg
♦ Kissen und Decke
♦ Abholung vom Sterbeort und Überführung zum Krematorium
♦ Abmeldung bei Standesamt, Krankenkasse, Rente
♦ zzgl. Krematoriums- und Friedhofsgebühren
Trauerfeier, Urne, Blumenschmuck und weitere Leistungen können gegen Aufpreis zugebucht werden.
Angebot für Unna, Menden, Fröndenberg, Iserlohn, Hemer, Balve.
Wilms-Basel Bestattungen UG
Tag u. Nacht erreichbar
Tel.: 0 23 03 - 88 25 25 7 / Mobil: 0170 - 7 30 47 09

In Sachen Grabbepflanzung bieten sich Zwiebelpflanzen an, die man am besten schon in Herbst des vorherigen Jahres pflanzt. Wer das verpasst hat, kann im Frühjahr auch zum Beispiel vorgetriebene Tulpen kaufen und auf das Grab platzieren. Eben-

falls gut geeignet sind Primeln, denn sie blühen bereits ab Februar. Weitere Anregungen für den individuellen Grabschmuck gibt es bei Steinmetzen und anderen Fachhändlern für Grabschmuck. Auch Friedhofsgärtner beraten Sie gerne. (dzi/djd/akz-o)

Im März kann geschlemmt werden!

Zweiter „CHEATDAY“ in Unna

Nach der Premiere im letzten Jahr ist klar: Unna hat LUST auf leckeres, modernes Essen! Deshalb können sich alle Unnaer auf Samstag und Sonntag, 24. und 25. März, freuen, denn dann findet zum zweiten Mal das Streetfood Festival „CHEATDAY“ auf dem Platz der Kulturen an der Lindenbrauerei statt.

bis 20 Uhr) kann geschlemmt und probiert werden. Das Gaumenangebot bietet viel Neues: Zwar soll hier nicht alles vorweg genommen werden, aber ein kleiner Vorgeschmack darf erlaubt sein.

Vielseitiges Angebot
Die Besucher dürfen sich auf Arepas freuen: südamerikanischen Maisfladen, lecker gefüllt. Burger-Fans bekommen den Klassiker entweder in Bacon umwickelt, mit Riesengarnele getoppt, oder sogar mit Straußenfleisch-Patty! Vegetarier können sich an den orientalischen Falafeln mit originalen Soßen erfreuen. Auch für den Nachtisch soll gesorgt sein. Softeis in seiner wohl schönsten Form, als zauberhaftes Segelschiff wird nicht nur die kleinsten Gäste begeistern. Bunte Frozen Yoghurt-

Die neue Kulisse bietet mehr Platz zum gemütlichen Beisammensitzen. Jeder CHEATDAY ist ein Fest für Groß und auch für Klein. Während sich Schüler, Studenten, Eltern und Großeltern über leckeres Essen und das ein oder andere Frischgezapfte freuen, kommen die Feinschmecker der nächsten Generation mit einer Hüpfburg und Kinderschminken auf ihre Kosten! Zwischen 12 und 22 Uhr (So-



Kunstwerke und zuckersüße Churros runden die Streetfood-Erfahrung ab.

Hilfe benötigen. Nach dem Motto „Dein Pfand für die Aktion Lichtblicke e.V.“ kann bei der Rückgabe des Festivalbeckers „Cheatday Cup“ ein Pfandbetrag von einem Euro je Becher an den karitativen Verein gespendet werden. Der Eintritt zum CHEATDAY ist wie immer frei.

Neue Farben an die Wand

Kreative Wohnideen lassen sich schnell verwirklichen

Mit kleinem Aufwand jede Menge Wirkung erzielen: Das geht mit neuer Farbe für die Wände in der Wohnung oder im Eigenheim. Wer Lust auf einen Tapetenwechsel und ein neues Wohngefühl hat, kann es sich also vergleichsweise einfach machen.

etwa Außenwandflächen hinter Schränken oder Wandverkleidungen. Der Zusatz ist in Bau- und Heimwerkermärkten und natürlich auch beim Malermeister um die Ecke erhältlich.

Gesundes Wohnraumklima unterstützen

Wer viel Wert auf natürliche Materialien legt, der ist beispielsweise mit Mineralfarben gut beraten. Auf natürlicher Basis tragen sie zu einem gesunden Wohnraumklima bei und beugen ebenfalls einer Schimmelbildung vor. Diese Farbe ist frei von Lösemitteln, Weichmachern oder Konservierungsstoffen. Mit ihrer speziellen Rezeptur aus kontrollierten Rohstoffen ist die Innenwandfarbe insbesondere auch für Allergiker und Kleinkinder geeignet. Durch Verkieselung verbindet sich die Wandfarbe mit mineralischen Untergründen und schafft dadurch eine besonders hohe Atmungsaktivität, die ein angenehmes Wohnraumklima bewirkt und die Entstehung von Schimmelpilzen verhindert. Die Entscheidung für

Viel mehr als etwas Kreativität und ein paar Stunden für den neuen Anstrich sind dafür nicht nötig.

Lang anhaltend gegen Schimmelbildung

Wer renoviert, kann gleichzeitig schon beim Tapezieren und Streichen etwas gegen Schimmel tun. Die Lösung kann beispielsweise ein pilzhemmendes Mittel wie der „Anti-Schimmel-Zusatz“ sein. Es wird einfach in Wandfarbe, Tapetenkleister oder andere wasserverdünnbare Renovierungsmaterialien eingemischt und wirkt sofort und lang anhaltend gegen Schimmelbildung. Das lohnt sich vor allem in Räumen mit höherer Luftfeuchtigkeit und bei Problemzonen,



Foto:djd/Schoener-Wohnen-Farbe

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

Malerbetrieb S.E.S

Jürgen Sippel - Thomas Eichhorst
Tel.: 02303 942847 • 02303 942848
Mobil 0160 5548418 • Gürtelstr. 15 • Unna



Foto:djd/Schoener-Wohnen-Farbe

eine Mineralwandfarbe muss dabei nicht zu einem erhöhten Aufwand beim Renovieren führen. Das Produkt ist so einfach wie jede andere Wandfarbe anzuwenden und für vielfältige Untergründe geeignet, zum Beispiel auf Raufaser- und Prägetapeten, alten, matten Anstrichen mit Dispersionsfarben, Kunstharzputzen, Mauerwerk, Putz und Beton.

Trendfarben

Bei der Farbauswahl sind der eigenen Kreativität keine Grenzen gesetzt. Im Trend liegen derzeit ein zartes Hortensien-Rosa, ein warmes Caramel, Blauschwarz oder ein nuancenreiches Grau. Wer sich eher nach beruhigenden Farben sehnt, wird beim pastelligen Weiß- oder Grünton fündig. Wärme, Behaglichkeit und

eine Spur Exotik: Dafür steht die angesagte Trendfarbe „Safran“ mit einer angenehmen, warmen Schattierung von Orange und Rot. Kombiniert mit hellen Möbeln oder einem Bodenbelag in Holzoptik lässt sich ein neuer trendbewusster Look im Handumdrehen realisieren.

Es gibt Stilrichtungen, die bleiben stets in Mode. Weiße Wände etwa geben den Bewohnern bei der Inneneinrichtung alle Freiheiten. Nur was tun, wenn etwa der Vermieter ein kräftiges Rot favorisierte? Zu ärgerlich ist es, wenn der alte Farbton immer wieder unter dem neuen Weiß zu erahnen ist. Wer sich den zweiten oder gar dritten Arbeitsgang ersparen möchte, sollte bei der Wandfarbe daher auf eine hohe Deckkraft achten. (dzi/djd)

LBS
Karriere der Qualitäten

56789 v
01234567

Ihr Ticket in die berufliche Zukunft als Baufinanzierungsexperte (m/w) in der Region Unna.
Mit Sicherheit in die Selbstständigkeit.

Wir sind gespannt, Sie kennen zu lernen!
LBS-Gebietsleiter Erik Schindel
Schäferstraße 2 · 59423 Unna
Telefon 0 23 03 / 94 21 90
erik.schindel@beratung.lbswest.de
www.lbswest-karriere.de/gd336

QR-Code scannen, Bewerbung losschicken oder weitere Infos anfordern: Ihr erster Schritt in die Selbstständigkeit.

56789 v
01234567

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Seit 20 Jahren Vaillant-Exzellenz-Partner

Vaillant Inkl. 5 Jahre „Plus-Garantie“

5 PLUS SORGLOS VERSPRECHEN

Bis Ende November
€ 400 Geld zurück für Ihre Rechnung

Bis zu **20% Energie sparen** mit Brennwert-Technik

ecoCOMPACT exclusiv auroCOMPACT exclusiv zeoTHERM exclusiv

Vaillant
Öl-/Gasbrennwert-Heizungsanlage mit Warmwasserspeicher

Liebling
Ihre neue Heizungsanlage vom Meisterbetrieb

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

Gerne erstellen wir Ihnen ein unverbindliches Angebot zur Vaillant-Gas-Brennwert-Aktion!

malermeister spaube

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

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

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

Buschweg 25 · 59174 Kamen · Tel.: 02307 79222 · Fax: 02307 289506
E-Mail: maler-spaube@gswcom.bi · Internet: www.malerspaube.de

Malerbetrieb Giel

Ausführung sämtlicher Malerarbeiten
Dekorative Sondertechniken
Fassadenanstriche
Trockenbau, Bodenlegearbeiten
Schimmelpilzsanierungen

Malerbetrieb Giel
Emil-Bennemann-Str. 8
59427 Unna-Massen

Fon 0 23 03 · 92 98 600
Fax 0 23 03 · 92 98 610
Mobil 0174 · 212 85 26

Bauen oder Sanieren?

Gute Vorbereitung ist das wichtigste



Foto:djd/Schutzgemeinschaft-fuer-BaufinanzierendeCorbis

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

TORSTEN KOSCHINSKI DACHDECKERMEISTER

Steldach - Flachdach - Wandbekleidungen
Isolierungen - Bauklempnerei - Balkonsanierung
Zimmererei - Innenausbau - Photovoltaik - Notdienst

Handwerkliche Tradition

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

Service-Büro

Sölder Str. 129, 59439 Holzwickede
Tel.: 02301 - 2864, Fax: 02301 - 914162
E-Mail: kontakt@koschinski-dach.de
Homepage: www.koschinski-dach.de

So verlockend preiswert Baudarlehen derzeit auch sein mögen - beim Immobilienkauf oder beim Bau eines eigenen Heimes muss nach wie vor Auf-

merksamkeit bei der Finanzplanung gelten. Denn für den klassischen Häuslebauer, der ein Eigenheim zur Eigennutzung kaufen oder bauen möchte, ist dies schließlich fast immer die größte Investition des Lebens und der entscheidende Baustein zur privaten Altersvorsorge.

Die professionelle Hausverwaltung
0 23 03 - 94 23 70
www.Beckschulte.com

Eine Immobilienfinanzierung muss immer auf die individuellen Möglichkeiten der Bauherren zugeschnitten sein. „Die monatliche Darlehensrate muss nicht nur ohne Einschränkungen im Lebensstandard tragbar sein - sie soll zudem noch Spielraum für unerwartete Ausgaben lassen“, betont Florian Haas, Vorstand der Schutzgemeinschaft für Baufinanzierende. Denn unerwartete Kosten können in jeder Lebenslage plötzlich auftauchen. Auch die Wechselfälle des Lebens, wie etwa die Ausbildung der Kinder oder eine vorübergehende Arbeitslosigkeit sollten einkalkuliert werden.

Außerdem sollten Baufinanzierende auf eine ausreichend hohe Tilgung achten, damit es am Ende der Zinsbindungsfrist nicht aufgrund der hohen Restschuld ein böses Erwachen gibt. Zudem sollte generell eine möglichst lange Zinsfestschreibung vereinbart werden. 15, am besten 20 Jahre geben die wichtige Planungssicherheit und lassen den Bauherren ruhig schlafen.

Nebenkosten einkalkulieren
Allein die Nebenkosten für den Grundstückserwerb - von Notar und Grundbucheintrag bis hin zur Grunderwerbsteuer - sind mit mindestens zehn Prozent zu kalkulieren und sollten vollständig aus dem Eigenkapital finanziert werden können.

Auch für die Restfinanzierung selbst sollte so viel Eigenkapital wie möglich mobilisiert werden, Florian Haas empfiehlt als grobe Orientierung eine Quote von mindestens 20 Prozent der Gesamtkosten: „Je mehr Eigenkapital eingesetzt wird, desto besser werden die Darlehensbedingungen bei der Bank sein und die Laufzeit des Kredits verkürzt sich.“

Angebote prüfen

Die Angebote der verschiedenen Darlehens-Anbieter sollten Bauherren gründlich vergleichen. Dabei sollte man nicht einfach den günstigsten Kredit in Anspruch nehmen, denn oft verbergen sich hier versteckte Kosten oder ungünstige Bedingungen, die an die Laufzeit geknüpft sind. „Es lohnt sich oft, auch im Internet bei Vergleichsportalen oder unabhängigen Darlehensvermittlern Informationen über die Hauptunterschiede verschiedener Anbieter einzuholen“, so Expert Haas.

Steht die Finanzierung, sollte der richtige Partner gewählt werden. Bei Neubauten oder auch Sanierungsarbeiten ist fachmännischer Rat hilfreich. Welches Unternehmen soll Rohbauarbeiten durchführen, wer den Innenausbau koordinieren? Zum einen sind Eigenheimbesitzer bei eingetragenen Handwerksbetrieben immer an der richtigen Adresse, um Ausbau und Sanierungsarbeiten vorzunehmen. Über die örtlichen Kreishandwerkerschaften kann sich ein Überblick über die Betriebe in der Region verschafft werden. Weitere Tipps hält der Verband Privater Bauherren auf seiner Website bereit. (dzi/djd/akz-o)

Beckschulte
Immobilien-Management
Sie wollen Ihre Immobilie verkaufen?
Wir machen das für Sie
0 23 03 - 94237-250
www.Beckschulte.com

Bin ich schon dein?

günster
IMMOBILIEN

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

T 02303-6729580 günster-immobilien.info

Neue Küche?!
www.re-projekt-gmbh.de · Tel. (05 41) 40 90 60

Wir suchen Interessenten für hochwertige, geschmackvolle Einbauküchen, passgenau für Ihr Haus oder Ihre Wohnung, die Sie äußerst günstig von uns erhalten. Voraussetzung ist ein gepflegtes, geschmackvolles Umfeld und dass Sie bereit sind, für 6 Monate nach telefonischer Absprache Ihre Küche interessierten Architekten zu zeigen.

BREMERICH IMMOBILIEN

Ihr fachkundiger Partner bei Verkauf oder Vermietung Ihrer Immobilie.

Ihr Partner für eine kompetente Hausverwaltung Ihrer Immobilie. - im Raum Unna -

Hochstraße 12 · 59425 Unna
Telefon: 0 23 03 / 258 70 10
info@bremerich-immobilien.de
www.bremerich-immobilien.de

WIE24
ivd

16. BauMesse NRW

Bauen & Wohnen
Modernisieren
Energie sparen

23.-25. März 2018
Messe DORTMUND
Halle 4 + 5, Täglich 10 - 18 Uhr
BauMesseNRW.de

Sonderschau „Besser Leben“ Barrierefrei zu Hause

Exklusiv für **Ortszeit Leser**

Eintritts-Coupon

Bei Vorlage dieses Coupons ist der Messeintritt für 1 Person frei!

Andreas Gajda

Verlegearbeiten von Teppich- und PVC-Böden, Laminat
Fliesenreparaturarbeiten
Moderne Innenraumgestaltung mit Designböden

Tel: 0172 - 69 37 228
andreas.gajda@web.de

PROJECT FLOORS
Der perfekte Fußboden für Praxen, Home und Pflegeeinrichtungen

Fenster · Türen · Wintergärten
aus Aluminium

Herstellung und Einbau durch Ihren Fachbetrieb

Schröter + Fabian GmbH
LEICHTMETALLBAU

LEICHTMETALLBAU • WINTERGÄRTEN
MARKISEN • FENSTER • TÜREN

Otto-Brenner-Str. 8 • 59067 Hamm • Tel. 02381 / 44 55 61

Eine Portion Extra-Schub

Darauf sollten Radfahrer beim Kauf eines Pedelecs achten

Für den täglichen Weg ins Büro, für Einkäufe oder ganz einfach zum sportlichen Vergnügen am Wochenende: Millionen Bundesbürger treten regelmäßig in die Pedale. Laut Statistik verfügt fast jeder Deutsche über ein Fahrrad, denn rund 73 Millionen Exemplare rollen über unsere Straßen. Immer häufiger handelt es sich dabei um sogenannte Pedelecs, die über einen unterstützenden Motor und eine Batterie verfügen.



Der eingebaute Rückenwind hat gleich mehrere Vorteile: Das Auto kann für kürzere Strecken öfter stehen bleiben, stattdessen kommt man mit dem elektrischen Bike entspannt und unverschwitzt zum Beispiel am Arbeitsplatz an. Und weniger Trainierte können sich somit durchaus auch längere Touren zutrauen. Allerdings kommt es beim Kauf eines Pedelecs ebenfalls auf die Details an.

Wann gilt eine Versicherungspflicht?

Das fängt bereits bei der Wahl der Motorunterstützung an: Pedelecs, die bis zu 25 Stundenkilometer den Fahrer unterstützen, gelten im Verkehrsrecht als ganz normales Fahrrad. Wer mit ihnen schneller fahren will, muss entsprechend kräftiger trampeln. Daneben sind sogenannte S-Pedelecs erhältlich, deren Motor bis zu 45 Stundenkilometer eine Portion Extra-Schub gibt.

Diese sind zum Beispiel für Berufspendler eine gute Wahl, allerdings ist hier laut dem ADFC die Versicherungs- und Kennzeichenpflicht zu beachten. Es ist also ratsam, vor dem Kauf stets eine individuelle Beratung zu nutzen und zudem das künftige Traumrad in Ruhe auszuprobieren. Denn Elektrofahrräder sind aufgrund ihrer

Komplexität beratungsintensiver als herkömmliche Fahrräder, sodass ausschließlich im Fachhandel gekauft werden sollte. Bei der Probefahrt sollte das Hauptaugenmerk auf einer angenehmen Sitzposition sowie dem Verhalten und der Bedienung des Motors liegen.

Das sollten Sie beachten

Die Auswahl an Pedelecs und E-Bikes ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Es findet sich kaum ein namhafter Hersteller, der keine entsprechenden Modelle im Angebot hat. Die Preise unterscheiden sich dabei sehr stark: Von wenigen hundert bis zu mehreren tausend Euro reicht die Preisspanne. Mit Schnäppchen sind Kunden laut ADFC selten gut beraten. Zudem müssen Pedelecs müssen im Gegensatz zu normalen Fahrrädern mit einem CE-Zeichen versehen sein. Damit zeigt der Hersteller an, alle geltenden Vorschriften eingehalten zu haben.

Üben zur eigenen Sicherheit

Weil sich mit einem Elektrofahrrad leichter höhere Durchschnittsgeschwindigkeiten

erzielen lassen als mit herkömmlichen Fahrrädern, sollte auf gute, standfeste Bremsen geachtet und eine umsichtige, vorausschauende Fahrweise gewählt werden. Vorsicht beim Anfahren: Wer den Schub durch den Motor nicht gewohnt ist, kann durch die plötzlich einsetzende Motorkraft die Kontrolle über das Rad verlieren. Deshalb sollte zur Eingewöhnung die niedrigste Unterstützungsstufe gewählt werden. Auch das Bremsen sollte man vorsichtig üben, um ein Gefühl für die Bremskraft zu entwickeln. Zur eigenen Sicherheit ist auch das Fahren mit

Fahradhelm zu empfehlen.

Wartung des Pedelecs

Die Wartungs- und Unterhaltskosten liegen aufgrund der elektronischen Komponenten, des Strombedarfs, des höheren Bremsverschleißes usw. in der Regel höher als beim herkömmlichen Fahrrad. Der Akku sollte mehrere Jahre als Ersatzteil verfügbar sein und eine angemessene Garantiezeit haben. Es sollte auch der Preis eines zusätzlichen oder eines Ersatzakkus einkalkuliert werden, der zwischen 200 und 1.000 Euro liegen kann. (dzi/djd).

DIE LANDPARTIE AUF GUT KUMP

OUTDOOR LIVING
20. BIS 22. APRIL 2018

KÜNSTLERWIESE | MODENSCHAUEN | PFLANZENRARITÄTEN | MUSIK | KINDERBETREUUNG
100 AUSGESUCHTE AUSSTELLER MIT STILLVOLLEN IDEEN RUND UM IHR HAUS UND GARTEN

WWW.LANDPARTIE-GUT-KUMP.DE

Leckere Idee zum Osterfest

Lammkeule in Rotweinsteinmarinade

Foto: www.ostermenue.de

Mit den Ostertagen am 1. und 2. April endet wieder die Fastenzeit. Viele unterziehen sich in dieser Zeit einer körperlichen und geistigen Reinigung, indem sie in den 40 Tagen nach Aschermittwoch aus religiösen oder aus gesundheitlichen Gründen auf den Genuss von Fleisch, aber auch auf Luxusgüter wie z. B. Alkohol und Zigaretten verzichten.

Mit dem Osterfest feiern wir die Auferstehung Christi. Da wir dieses Fest jeweils am Sonntag nach dem ersten Frühlingsmond begehen, symbolisiert es auch das Frühlingserwachen der Natur. Das Lamm zählt als Frühlingsbote bis heute zu den klassischen Osterfestbraten – gleichgültig, ob als Lammrücken zubereitet oder als knusprige Lammkeule, wie in unserem Rezeptvorschlag. Wer in den Genuss von Lamm kommen möchte, der sollte am besten schon jetzt beim Händler seines Vertrauens das Fleisch vorbestellen, damit das Osteressen nicht im Fiasko endet.

Ostermenü Lammkeule in Rotweinsteinmarinade (für 4 Personen)



Für die Marinade:

2 Zwiebeln, 1-3 Knoblauchzehen, 1 Möhre, 1/2 Stange Lauch 2-3 Lorbeerblätter, 4-5 Rosmarinzwige, 6-8 Pfefferkörner, 500 ml Rotwein, 500 ml Wasser Salz, Pfeffer

Für die Lammkeule:

1 Lammkeule (ca.1,5 kg), 8 EL Olivenöl, 2 Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 5 Rosmarinzwige, 800 g Gemüse (grüne Bohnen, Möhren, Lauch, Paprika) 800 g Kartoffeln

Zubereitung:

Das für die Marinade vorgesehene Gemüse putzen und waschen. Die Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und vierteln, Möhren und Lauch in Scheiben schneiden und alles mit den Gewürzen, dem Rotwein und dem Wasser aufkochen. Die Lammkeule waschen und von möglichen Sehnen und Hautresten befreien. Salzen, pfeffern und in der Marinade einlegen, so dass das Fleisch be-

deckt ist. Kalt stellen und zwei Tage in der Marinade ziehen lassen. Anschließend das Fleisch aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und mit Küchenkrepp trocken tupfen.

Salzen, pfeffern und mit einer feingehackten Knoblauchzehe einreiben. 3 EL Olivenöl in einem Bräter erhitzen und die Lammkeule darin rundum anbraten. 2 Knoblauchzehen, zwei grobgehackte Zwiebeln und einige Rosmarinzwige zugeben und kurz mitdünsten.

Anschließend mit 500 ml Marinadenflüssigkeit angießen und die Lammkeule im vorgeheizten Ofen bei 220-230 Grad Celsius ca. 1 Stunde garen. Inzwischen die Kartoffeln schälen und das Gemüse vorbereiten. Das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden, rings um das Fleisch in den Bräter geben und bei reduzierter Hitze 30 Minuten mitgaren. Die Kartoffeln in gleich große Würfel schneiden und in heißem Olivenöl rundum knusprig braten, anschließend leicht salzen und pfeffern.

Regional und täglich frisch
saisonales Gemüse und Obst • Kartoffeln
Senf und Marmelade • Fleisch und Wurst • Käse
und Milchprodukte

Werler Str. 199
59427 Unna - Hemmerde
Telefon: (02308) 865
www.kuckhoff-b1.de

Premiumfleisch und -Wurstwaren

- Eigene Schlachtung
- Feinstes Kalb- und Lammfleisch
- Nur ausgesuchte Tiere aus dem heimischen Raum
- Spitzenqualität zu fairen Preisen
- Super gereiftes Rindfleisch
- Täglich frisch gebratene Koteletts und Frikadellen, belegte Brötchen in großer Auswahl.

Denken Sie bitte rechtzeitig an Ihre Bestellung zu Ostern

Germaniastr. 35 • 59174 Kamen-Methler • Tel. 02307 30474
www.fleischerei-demarczyk.de

Kundenparkplätze direkt am Geschäft P

Ein guter Einkauf ist der Anfang von allem.

Handelshof Hamm | Großhandel | Römerstr. 130 | 59075 Hamm | www.handelshof.de

Einer der besten Chöre im Westen

Clara's Voices aus Holzwickede

„Ich habe von dem Wettbewerb gehört und habe uns einfach angemeldet“, erklärt Chorleiter Jochen Weichert zur Frage, wie es zur Teilnahme von „Clara's Voices“ am WDR Wettbewerb „Der beste Chor im Westen“ gekommen ist. Im Juni 2017 sei sowieso ein Konzert zusammen mit einem Berliner Chor geplant gewesen und die Gelegenheit habe man dann genutzt. „Wir brauchten ein Bewerbungsvideo, da habe ich dann unsere Video AG das Konzert filmen lassen und es an den WDR geschickt“, so der Musiklehrer.



Danach ging alles ganz schnell: Schon eine Woche später hat der Schulchor des Clara Schumann Gymnasiums in Holzwickede die gute Nachricht erhalten: Sie sind im Rennen um den Titel „Der beste Chor im Westen 2017“. Und damit nicht genug: Der Chor hat es ins Finale geschafft und ist offiziell einer der drei besten Chöre im Westen.

Ein sehr aktiver Popchor

Den Popchor „Clara's Voices“ gibt es seit 2004. Er besteht aus aktuell rund 37 Schülern, Ehemaligen, Lehrern und einer Sekretärin des Clara Schumann Gymnasiums. Jugendliche ab der 7. Klasse dürfen mitmachen. Gesungen werden Popsongs, die Chorleiter Jochen Weichert aussucht, arrangiert und choreografiert. Alle Mitglieder sind hoch motiviert und zeigen großen Einsatz. „Die Schüler sind ehrgeizig und wollen besser werden.“ Deshalb waren auch alle ganz „heiß“ auf die Teilnahme beim WDR-Wettbewerb.

Nach der Zusage passierte aber erstmal nichts. „Es waren Sommerferien. Ich habe natürlich schon Stücke ausgesucht, aber erst Anfang des neuen Schuljahres haben wir wieder geprobt“, so Weichert. Nachdem im Vorfeld bereits eine Chorprobe und ein Portrait vom WDR aufgezeichnet worden waren, wurde

es im Oktober 2017 ernst: Der Vorentscheid wurde in Köln aufgezeichnet. „Dazu mussten wir vier Stücke einschicken, von denen dann zwei ausgewählt wurden, die wir singen sollten. Natürlich haben wir die Songs schon vorher geübt, aber die Songauswahl des WDR haben wir offiziell erst einen Monat vorher erhalten“, erzählt der Chorleiter.

Der Weg führt bis ins Finale

Im Vorentscheid konnte Clara's Voices mit ihrem Auftritt überzeugen und ins Halbfinale einziehen. Mit dem Halbfinalsong „Survivor“ von Destiny's Child war Weichert zunächst nicht glücklich. „Ich hatte nicht damit gerechnet, deshalb hatten wir ihn noch nicht geprobt. Es war ein hartes Stück Arbeit ihn so hinzubekommen. Zum Glück ist er am Ende gut angekommen bei den Zuschauern.“ Denn die haben den Chor ins Finale, das im Dezember 2017 stattgefunden hat, gewählt. Dort mussten sie sich am Ende nur dem Frauenchor „Young Voices“ aus Ahaus-Alstätte, die den Sieg holten, und dem Jazz-

chor der Uni Bonn auf Platz zwei geschlagen geben.

Was hat sich danach verändert?

„Nach der großen medialen Aufmerksamkeit haben wir viele Anfragen bekommen, was uns sehr gefreut hat. Davon haben wir aber nur einige angenommen“, sagt Jochen Weichert. „Der Hype“ war so groß nach der Ausstrahlung, da mussten wir uns erstmal sortieren. Ich wollte die Jugendlichen auch nicht überfordern.“

Nach der Erholungspause stehen in den nächsten Monaten einige Termine und Auftritte an: Im März erhalten sie bei einer internen Feierstunde eine Würdigung von Bürgermeisterin Ulrike Drossel. Am 5. Mai wird es einen Rivival-Abend von „Der beste Chor im Westen“ geben, bei dem alle Finalisten im Bürgerhaus Wickede auf der Bühne stehen werden. Am 2. Juni wird „Clara's Voices“ beim Fest der Chöre auftreten, der Auftrittsort steht noch nicht genau fest. Am 9. Juni wurde das Ensemble für die „Summer Gospel Night“ in Hannover gebucht und vom 30. Juni bis 1. Juli nehmen die Sängerinnen und

Sänger am Chorfestival in Berlin teil. „Das wird unser erster Auftritt in Berlin“, freut sich Weichert. Solche Fahrten werden entweder von der Gage gedeckt oder von den Eltern bezahlt. „Bei größeren Sachen unterstützt uns auch die Sparkasse Unna-Kamen, da sind wir sehr dankbar für.“ Zudem steht der Besuch des befreundeten Chores aus Lettland an. Natürlich ist dann ebenfalls ein gemeinsames Konzert geplant, der Ort steht allerdings noch nicht fest.

„Leider gibt es in Holzwickede keine gute Auftrittsmöglichkeit für uns. Für einen Chor muss die Akustik stimmen, und die passt hier nirgendwo“, sagt Jochen Weichert. Er bedauert es, dass für Konzerte immer in Veranstaltungsorte wie die St. Georg Kirche in Dortmund-Sölde oder die Konzertaula in Kamen ausgewichen werden müsse. Er hofft darauf, dass im geplanten Anbau des Rathauses ein geeigneter Saal entsteht mit „Das würde auch ein Aushängeschild für die Gemeinde sein und wir würden uns freuen, hier aufzutreten.“

3500 Euro für den besten deutschsprachigen Act

Bewerbungsphase für den RIO REISER-SONGPREIS 2018 gestartet

3500 Euro – mit solch einer Summe kann wohl jeder aufstrebender Musiker und jede aufstrebende Band etwas anfangen. Wer sich dieses Preisgeld sichern möchte, der sollte sich jetzt für den RIO REISER-SONGPREIS 2018 bewerben. Bereits zum dritten Mal lobt das Kulturzentrum Lindenbrauerei in Kooperation mit dem Rio Reiser-Haus e.V. den Preis aus.



Foto: Kulturzentrum Lindenbrauerei

Anmelden können sich deutschsprachige Musiker, unabhängig von Nation und kultureller Herkunft, die noch nicht unter Vertrag eines Vertriebs bzw. eines Produzenten stehen. Der Sieger wird von einer Fachjury ermittelt, die sich aus Künstlern, Musikproduzenten, Musikredakteuren und Vertretern der Veranstalter zusammensetzt. Wie bei früheren Auslobungen gibt es

auch für den RIO REISER SONGPREIS 2018 ein Motto. Es soll die Fantasie und Kreativität der

Wettbewerbsteilnehmer nicht einschränken, sondern ist als Inspiration gedacht.

Finale im August

Wie in den vorherigen Jahren werden zwei Preise vergeben, ein Regionaler und eine Überregionalen. Als Preisgeld winken dem Gewinner des regionalen Preises 1500 Euro, dem Sieger des überregionalen Preises sogar 3500 Euro. Die Entscheidung erfolgt nach den Live-Darbietungen der Finalisten am 18. August auf dem Platz der Kulturen in Unna. Zum Abschluss des Abends steht kein geringerer als Stefan Jürgens auf der Bühne!

Es lautet:

„Willkommen/Verwünscht auf dieser Welt zu sein/Gebohren ohne Zukunft,/Verflucht als Kind, gejagt als Feind/Vertrieben ohne Zuflucht./So ist man fremd, so wird man Feind/Und wünscht sich zu den Toten./Sucht sich ein Rudel wie der Wolf/ Damit die anderen bluten. Willkommen möchte jeder sein Erwartet und geachtet,/ Begrüßt als Kind, geschätzt als Freund,/ Zuhause unter Nachbarn.“ (aus Rio Reiser: Die Braut der Brüder/ Musical)

Anmeldung

Wer sich am RIO REISER SONGPREIS beteiligen will, schickt seinen Song auf einer CD/USB-Stick plus (Band)Name, Songtitel, Mail-Adresse, Telefonnummer und Songtext an das Kultur- und Kommunikationszentrum Lindenbrauerei, Rio Reiser-Weg 1, 59423 Unna oder per Mail an rioreiser@lindenbrauerei.de. Einsendeschluss ist der 28. Mai 2018.

Zum Rio Reiser Songpreis:

Nach Rio Reisers plötzlichem Tod 1996 haben seine Angehörigen, Freunde und Weggefährten noch im gleichen Jahr den „Rio Reiser-Haus e. V.“ gegründet. Vorrangiges Vereinsziel war es, das Anwesen Fresenhagen 11 als Veranstaltungsort und Gästehaus zu erhalten. Der Rio Reiser-Songpreis, der jungen, unbekannteren songschreibenden Musikern, Sängerinnen und Sängern eine Hervorhebung ihrer Leistungen verschaffen soll, wird seit August 1998 alle zwei Jahre vergeben.



drücke

Lavendel „Hidcote“ 1,49
Der Kompakte Blaue

Felsenbirne 5,99
Amelanchier lamarckii

Zwergrhododendron 12,99
Auch für sonnige Standorte geeignet

Eibe 7,99
Ca. 50cm, wertvollste Heckenpflanze

Viele witzige Osterartikel, z.B.
„Ei-Vase“ 2,99
(Alle Angebote solange der Vorrat reicht)

Drücke Garten-Zentrum-Unna GmbH
Steinstraße 37-41 • 59425 Unna-Königsborn
Tel. 02303 61717 • Email: info@pflanzen-in-unna.de

Neustart bei Drücke

Nach dem Umbau noch schöner

- Anzeige -

Der 60 Jahre alte Familienbetrieb zählt zu den ältesten und renommiertesten Gartenzentren Deutschlands.

Mit einem mehr als 5000 Sorten umfassenden Blumen- und Pflanzensortiment, Kräutern und Gemüsepflanzen aus ökologischem Anbau sowie ökologisch unbedenklichen Pflanzenschutz- und Düngemitteln bieten die Pflanzenversteher alles, was das Gärtnerherz begehrt. Im umgestalteten Innenbereich können Kunden auf neuer Wegführung das Angebot erkunden. Zu diesem zählen auch Deko- und Geschenkartikel, Keramik und Gestecke. Das Drücke-Team berät mit viel Fachkompetenz und bietet weitere Service-Leistungen an, wie zum Beispiel die Planung und Gestaltung kompletter Gärten, Terrassen und Balkone sowie



Informieren am Aktionstag am 10. März: Jörg und Anja Drücke.

Pflege- und Pflanzarbeiten.

Aktionstag am 10. März

Auf dem Programm steht ein Schnittlehrgang bei Jörg Drücke von 11 bis 11.30 Uhr. Von 12 Uhr bis 12.30 Uhr beantwortet Antje Drücke die Frage: Welche Pflanzen lieben Bienen?

Blumenwiese statt Rasen

Blütenreichtum und Farbenvielfalt im eigenen Garten



Blumenwiesen erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Die Pflanzengemeinschaften aus Gräsern, Kräutern und bunt blühenden Wildblumen bringen einen Hauch von Landleben in den Garten.

Außerdem sind sie wertvolle Biotope, die mit ihrer großen Pflanzenvielfalt vielen Kleintieren einen Lebensraum und Nahrung bieten. Hummeln, Schmetterlinge, Wildbienen und Co. tummeln sich hier und auch Vögel verstecken sich gern im hohen Gras.

Wiese ist nicht gleich Wiese

Experten unterscheiden über 300 verschiedene Typen von Wiesen. Grundsätzlich gilt: Je magerer und kalkhaltiger die Böden sind, desto mehr unterschiedliche Blumen findet man. Optimale Bedingungen für Blumenwiesen bieten vor allem gut wasserdurchlässige Böden in voller Sonne. Im Fachhandel gibt es für verschiedenste Boden- und Landschaftsbedin-

gungen die passenden Saatgutmischungen. Bei einigen Anbietern kann man sich seine Mischung sogar individuell zusammenstellen lassen. Bei der Auswahl sollte man auch auf die Wuchshöhe, die Blütezeit und die Blühdauer der Pflanzen achten.

Aussaat

Ein guter Zeitraum, eine Blumenwiese anzulegen, sind die Monate März bis Mai, wenn der Boden abgetrocknet ist und sich langsam zu erwärmen beginnt. Wildkräutersaatgut kann aber nicht einfach auf einen bestehenden Rasen gestreut werden. Zunächst muss der ursprüngliche Bewuchs der Fläche abgetragen und die Erde aufgelockert werden. Auch größere Steine und Wurzeln werden entfernt. Wenn der Boden feinkrümelig, locker und eben ist, wird das Saatgut ausgebracht. Dann werden die Samen sehr flach eingeharkt und mit einer Rasenwalze gut angedrückt.

Günstige Gartenarbeit

Neuplanung Neugestaltung / Pflaster- und Baumarbeiten inkl. Entsorgung u.v.m.

GÜNSTIGE FESTPREISE!
Tel.: 01 57-76 10 62 54

Frühlingsangebote auf Anfrage!



neues GRÜN

Der Bioladen

Frische Ideen und beste Lebensmittel mit viel Leidenschaft für Bio erwartet Sie

- erntefrisches Obst und Gemüse
- handwerklich gebackenes Brot und Brötchen
- Kaffee und Kuchen
- ausgewählte Käse, feiner Wein und allerhand Bio-Leckereien
- Naturkosmetik
- Ernährungsberatung

Der Bioladen in der Steinstr. 37 in Unna-Königsborn
Tel. 02303-60001 • Email: mail@neuesgruen.de
www.neuesgruen.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 9.00 - 18.30 Uhr • Sa 9.00 - 16.00 Uhr

Bio? Auf zur Steinstraße!

„Neues Grün“ bietet kompetenten Service

- Anzeige -



Beraten mit Leidenschaft: Yvonne, Ingo und Maja Volkmann (v.l.n.r.)

Modern, hell und freundlich präsentiert sich das Bio-Fachgeschäft „Neues Grün“ und lädt nach umfassender Renovierung in der Steinstraße in Königsborn zum Aktionstag am 10. März ein.

Familie Volkmann empfängt ihre Kunden in einem charmanten Fachwerkhaus mit Parkplätzen direkt vor der Tür. Neben frischem Obst und Gemüse in Bio-Qualität aus überwie-

gend regionaler Produktion, einer Käsetheke, Wein sowie Naturkosmetik bietet das Geschäft kompetente Beratung an: Geschäftsführer Ingo Volkmann und Tochter Maja stehen ihren Kunden als ganzheitliche Ernährungsberater mit Rat und Tat zur Seite. Tipp: Im neuen Café-Bereich können Sie den Einkauf mit Kaffee und Kuchen, natürlich ebenfalls bio, verbinden. www.neuesgruen.de

Nicht betreten

Im Vergleich zu herkömmlichen Zierrasen ist der Pflegeaufwand für Blumenwiesen eher gering. Es sind weder Düngung noch Spritzmittel nötig und das Mähen beschränkt sich üblicherweise auf ein bis zwei Mal im

Jahr. Während der Blütezeit im Sommer sollten Blumenwiesen so wenig wie möglich betreten werden, denn die meisten Pflanzen sind trittempfindlich. Wer seinen Garten beispielsweise für Grillpartys nutzen möchte, muss dennoch auf Wiesenblumen nicht unbedingt verzichten. Möglich ist auch eine Kombination aus Zierrasen und Inseln oder mit Wildblumen. (BGL)

Stefan Krebber
Gartenbauliche Dienstleistungen aus Meisterhand



Gartenpflege, Baumfällungen und Baumschnitt per Seilkletterertechnik, Baumstumpf-Wurzelfräsdienst

eigener Hubsteiger bis 24m

S. Krebber • Hirschberg 7 • 58730 Fröndenberg
Telefon: 02373 9170224 • Mobil: 0172 5616732
www.gartenservice-rundum.de

Bringen Sie Farbe in Ihr Leben! -



Jetzt ist Zeit für die Frühjahrsbepflanzung. Wir beraten Sie gern!

FRÜHLINGSFEST am 17. März 2018 von 9.00-16 Uhr
mit vielen Frühjahrsangeboten und trendiger Dekoration



Altenmethler 8 • 59174 Kamen • Tel.: 02307 32028
Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 8.30-13 Uhr + 14-18 Uhr • Sa.: 8.30-14 Uhr
www.gartenbau-deifuss.de

www.dahlmann-gmbh.de



Steinmauern und Zäune

Profiqualität zu Top-Preisen!



Spezielle Stahl-Pfosten von 0,60 bis 2 m Höhe kombiniert mit verzinkten Doppelstahlmatten bilden die Grundlage für die elegante Steinmauer - die moderne Designlösung für Ihre Grundstücksbegrenzung. Oder wählen Sie aus unserem großen Programm langlebiger Zaunsysteme - viele Farben und Formen passend zu Ihrem Grundstück. Nutzen Sie dabei auch unseren Lieferservice.

Besuchen Sie uns oder rufen Sie uns an - wir beraten Sie gern!

Holzener Str. 42 • 58708 Menden Tel.: 0 23 73 - 96 45 45



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



Bandbreite der Möglichkeiten

Senioren: Wunsch und Wirklichkeit verbinden



Foto: djd/brinkmann-Pflegevermittlung.de

Ambulanter Pflegedienst

MOBILE Mitglied im DBIK



Angelika Bergmeier - Etta Maday GbR

Seit 20 Jahren in Massen
 Kleistraße 79 · 59427 Unna-Massen
 Tel.: 02303 9532-64 · Fax: 9532-65
www.altenpflege-unna.de

Häusliche Alten- und Krankenpflege in Bergkamen, Kamen und Umgebung

Das P FLEGETEAM Sabine Grothaus

Kostenfreie Beratung: (02307) 140 0140



■ GRUNDPFLEGE ■ BEHANDLUNGSPFLEGE
 ■ VERHINDERUNGS-/ENTLASTUNGSPFLEGE

Falls Sie Fragen rund um die Beauftragung eines Pflegedienstes haben oder sich unverbindlich beraten lassen möchten, stehen wir Ihnen gern telefonisch zur Verfügung. Wir beraten Sie ganz individuell und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt – bei Bedarf auch bei Ihnen zu Hause.

Das P FLEGETEAM Grothaus · Weststraße 31 · 59174 Kamen
 Tel.: (0 23 07) 140 01 40 · www.das-pflegeteam-grothaus.de

Die Gesellschaft wird immer älter, das Thema „Wohnen im Alter“ immer wichtiger. Trotzdem steht es für viele Deutsche nicht auf der Tagesordnung. Der Staat hat das Problem längst erkannt. Am 1. Januar 2017 ist die nächste Stufe des Pflegegestärkungsgesetzes (PSG) in Kraft getreten. Beispielsweise sind die bisherigen drei Pflegestufen durch fünf Pflegegrade ersetzt worden. Dass das PSG aber auch beim barrierefreien Umbau der eigenen vier Wände hilft, wissen die wenigsten Menschen.

Ein Großteil der Menschen möchte auch im Rentenalter seine eigenen vier Wände nicht verlassen müssen. Wel-

che Hilfsmittel dies ermöglichen und wie sich das Zuhause barrierefrei umbauen lässt, beschäftigt jedoch nur sehr wenige. Klare Vorstellungen dazu, wie sich ein Leben zu Hause im Alter gestalten lässt, haben die Deutschen dennoch. Hier favorisieren sie laut der aktuellen Studie einen barrierefreien Eingangsbereich und Sanitärbereich. Außerdem stehen die Inanspruchnahme von Pflegediensten sowie der Einbau von Treppenliften mit auf der Wunschliste für ein bequemes Wohnen im Alter.

Wohnformen

Grundsätzlich gibt es drei unterschiedliche Heimtypen: das Altenwohnheim, das Altenheim und das Pflegeheim. In Altenwohnheimen leben die Bewoh-

ner relativ eigenständig in kleinen Wohnungen mit eigener Küche. Altenheime gewährleisten älteren Menschen, die ihren Haushalt nicht mehr eigenständig führen können, pflegerische Betreuung und hauswirtschaftliche Unterstützung. Hier leben die Bewohner oft in ihren eigenen kleinen Wohnungen oder Apartments. In Pflegeheimen leben die Bewohner in der Regel in Einzel- oder Doppelzimmern, in die häufig eigene Möbel mitgenommen werden können. Eine umfassende pflegerische und hauswirtschaftliche Versorgung und Betreuung ist gewährleistet.

Eine Lanze für stationäre Pflege bricht Bernd Meurer. Der Präsident des „Bundesverbands privater Anbieter sozialer Dienste“ fordert, die Heimpflege nicht

weiter als „Stiefkind“ zu behandeln. „Ab einem gewissen Krankheitsbild, aber auch wegen der familiären und finanziellen Situation, ist es für viele nicht mehr zu schaffen, die Mutter oder den Vater daheim zu versorgen“, erklärte der Präsident. Eine Politik, die sich nur auf die ambulante Versorgung fokussiere, sei „schlichtweg falsch“.

Ambulante Hilfe

Unterstützung leisten auch 12.000 ambulante Pflegedienste, die mehr als 500.000 Menschen zu Hause versorgen. Ältere Menschen sind manchmal aber nicht mehr in der Lage, Dinge allein zu meistern. Soziale Dienste, die speziell auf Ältere und Hochaltrige zugeschnitten sind, helfen und unterstützen mit einer Vielzahl an Leistungen. Mobile Therapien wie Bewegungstherapie, Massage oder medizinische Bäder werden von Fachkräften zu Hause durchgeführt. Weitere Dienstleistungen, wie zum Beispiel Essen auf Rädern, Fahr- und Begleitservice, Reinigungsdienste, Reparaturdienste oder Wäscheservice werden von privaten Anbietern angeboten. Friseure kommen ebenso ins Haus wie Fußpfleger, immer mehr Supermärkte bieten Lieferservice an, selbst Banken bringen „Bares“ zu ihren Kunden. Die meisten pflegebedürftigen Menschen werden allein von ihren Angehörigen zu Hause versorgt. (dzi/djd/akz-o)

Jan-M. Lucan  Rechtsanwalt 

Vielen Dank für Ihr Vertrauen.

Bürozeiten: Mo.-Fr. 8.30 – 13.30 Uhr und 14.30 – 18.00 Uhr und nach Vereinbarung.

Husener Straße 56 • 44319 Dortmund
 Telefon: 0231 – 47885785 • Fax: 0231 – 47884102
lucan@rae-husen-kurl.de • www.rae-husen-kurl.de 

Home Instead[®]
 Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Home Instead
 HISB Betreuungsdienst Unna GmbH
 Kamener Strasse 62 • 59425 Unna
 Tel.: 02303-952 44 55
 E-Mail: unna@homeinstead.de
www.homeinstead.de



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

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

 **GBS**
 Ambulante Dienste

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

Ihr Auto fit für den Frühling machen

An diese Punkte sollten Sie denken

Der Winter war bislang nicht sehr hart, trotzdem haben Split, Streusalz und kleine Steinschläge Scheiben und Lack des Autos leiden lassen. Zum Start in den Frühling sollen Sie ihr Fahrzeug einem gründlichen Frühjahrs-Check im Kfz-Meisterbetrieb unterziehen.

Denn gerade im Winter sind Batterie und Beleuchtung, Scheibenwischer, Reifen und Stoßdämpfer besonders be-



Foto: dtdthx

anspruchsvoll. Die erste Sichtkontrolle nach der intensiven Wagenwäsche macht Lackschäden oder Steinschläge an der Frontscheibe sichtbar. Das Streusalz sollte besonders aus Fugen und Schwellen sowie stark befahrenen Stellen wie Radkästen am besten vom Profi gereinigt

werden.

Reinigen und Füllstände prüfen

Für klaren Durchblick sorgen neue Wischerblätter und die gründliche Reinigung der Scheiben von innen und außen. Zudem lohnt sich ein Lüften des Innenraums. Der Batterietester klärt den Ladestandard der Batterie, Pol-Spray schützt vor Korrosion. Ganz wichtig bei der Inspektion sind die Füllstände von Kühlwasser, Motoröl, Bremsflüssigkeit und Scheibenwischwasser. Bei Bedarf wird nachgefüllt. Die Werkstatt weiß, welche Sorten geeignet sind. Ob ein Ölwechsel ansteht, hängt von den empfohlenen Intervallen ab. Frühlingzeit ist Pollenzeit! Deshalb wird der Innenraumfilter

unter die Lupe genommen. Dort lagern sich Staub, Ruß und Pollen ab. Ein sauberer Filter verringert die Verbreitung von Keimen und gleichzeitig das Sicherheitsrisiko beschlagener Scheiben. Der Innenraumfilter sollte spätestens nach 15.000 Kilometern ausgetauscht werden.

Die Stoßdämpfer hatten im Winter auch wegen der Schlaglöcher viel Arbeit. Durch hohen Verschleiß kann der Bremsweg länger werden. Ein Poltern an der Vorderachse kann auf beschädigte Koppelstangen oder ausgeschlagene Lager an den Lenkern zurückzuführen sein. Zu guter Letzten sollten Sie nicht mehr benötigten Ballast wie Skiträger oder Schneeketten loswerden. Auch Ostern rückt in greifbare Nähe, somit steht der Wechsel auf Sommerreifen an. Bei dieser Gelegenheit sollten auch diese Reifen überprüft werden. Viele Werkstätten bieten so einen Frühlings-Check für Autos an.

SIMPLY CLEVER SKODA

IHR ŠKODA-PARTNER.

Ihre Nr. 1 in Bergkamen, Kamen, Werne und Unna.

ŠKODA ZENTRUM BERGKAMEN

ŠKODA Zentrum Bergkamen
Hülpert SK GmbH
Werner Straße 122
59102 Bergkamen
Telefon: 02307 98355-0
www.huelpert.de

RIESENAUSWAHL in Dortmund

Neuwagen, Halbjahres-, Jahreswagen & Top-Gebrauchte aller Fabrikate

Riesiger Fahrzeugbestand!

Über **2.000** Fahrzeuge jederzeit verfügbar!*

*bezogen auf den Gesamtbestand aller Standorte der BRÜGGEMANN-Gruppe



Autohaus BRÜGGEMANN

GmbH & Co. KG

Rhein-Meuse | Bitterfeld | Brandenburg | Dortmund | Neubrandenburg | Rostock | Wietmarschen-Löhne

Lindenhorster Straße 43 | 44147 Dortmund | Telefon 0231 / 8490-0
Rheiner Straße 155 | 48432 Rhein-Meuse | Telefon 05975 / 304-0

www.autohaus-brueggemann.de

Tel. 0 23 81 / 2 73 39 88

ATC Ankauf aller PKW, auch Unfall-/Motorschäden + hohe Kilom.

Zahle bar!

Tel. 01 73 / 2 30 22 67

„Ancampen“ bei Reisemobile Brumberg

Besuchen Sie das Frühlingsfest am 17. und 18. März



Foto: Pössl

Darauf haben passionierte Camper gewartet: Endlich ist der März da und mit ihm beginnt die Camping-Saison. Zum Auftakt feiert Reisemobile Brumberg ein Frühlingsfest am Samstag, 17. März von 10 bis 18 Uhr, und Sonntag, 18. März von 10 bis 16 Uhr.

Auf dem mehr als 7000 Quadratmeter großen Firmengelände können sich die Besucher auf zahlreiche Neuvorstellungen diverser Modelle freuen. Das Highlight ist der „Campster“ der Marke Pössl. Seine Vielseitigkeit und sein durchdachtes Konzept machen ihn so einzigartig. Von allen Vorzügen des „Campsters“ und rund 100 weiteren Modellen können sich Kaufinteressierte beim Frühlingsfest überzeugen lassen. Sie möchten ein Wohnmobil

für Ihren nächsten Urlaub mieten? Das kompetente 17-köpfige Team von Reisemobile Brumberg stellt Ihnen gerne die große Vermietflotte vor. Jedes der aktuellen Modelle beinhaltet eine hochwertige Ausstattung wie Klimaanlage, Radio-CD-Gerät, Markise, Radträger und vielem mehr. Alle Vermietfahrzeuge sind nicht älter als ein Jahr und auch Mieten mit Hund ist in einigen Modellen möglich. Auf einem Fest darf natürlich

REISEMOBILE BRUMBERG

auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommen. Deshalb stehen Würstchen, Kaltgetränke, Kaffee und Kuchen zur Stärkung bereit. Zudem wartet ein tolles Gewinnspiel. Mit etwas Glück können Sie einen von drei Preisen gewinnen: **Als Hauptpreis winkt ein Wochenende im Reisemobil für vier Personen.**

Das gesamte Team freut sich auf Ihren Besuch!



Herbert-Wehner-Straße 16 · D-59174 Kamen · Fon: +49 (0)2307 7 98 25 · Fax: +49 (0)2307 23 61 80
info@brumberg-reisemobile.de · www.brumberg-reisemobile.de

www.fkwverlag.com

MARKISEN ROLLLÄDEN TÜREN TORE..

Qualität & Service aus einer Hand.

HW Nowak GmbH & Co. KG
Aplerbecker Straße 432 · 44287 Dortmund
Tel. (0231) 28 66 77 30 · Fax: (0231) 28 66 77 50 · E-Mail: info@hwnowak.de

Jetzt Ihre Wünsche vom Fachmann planen und realisieren lassen!

Ihr Experte für wärmedämmte Fenster, Rollläden, Antriebe, Insektenschutz, Haustüren & Vordächer, Terrassenüberdachungen & Markisen, Garagentore

Anzeige

„Sprache ist die Eintrittskarte zur Gesellschaft“

Sprachtherapeuten und Logopäden bieten kompetente Hilfe bei Sprachstörungen

Kommunikation bedeutet Austausch und Teilhabe. Wesentliche Elemente von Kommunikation sind die Sprache, das Sprechen und die Stimme. Liegen hier Störungen vor, können sich Betroffene nur eingeschränkt mit anderen austauschen und ihnen bleiben Teilbereiche des sozialen Lebens verwehrt. Aktuellen Studien zufolge weisen ein Viertel aller dreieinhalb bis vierjährigen deutschsprachigen Kindern Sprachentwicklungsverzögerungen auf.



Foto: djd/GeloRevoice

Bleibt eine Störung der Sprache bis zur Einschulung bestehen, kann dies eine Beeinträchtigung beim Erlernen der Schriftsprache zur Folge haben. Somit ist eine der am häufigsten auftretenden Störungen die Lese- und Rechtschreibstörung (LRS). Wird diese nicht behandelt, bleibt sie bis ins Erwachsenenalter und erschwert die Integration in die Berufswelt.

Logopädische Therapien bieten Hilfe

SprachtherapeutInnen und LogopädInnen sind darin ausgebildet festzustellen, ob eine Sprach-, Sprech-, Stimm- oder auch Schluckstörung vorliegt und wie sie zu behandeln ist. Im Vorfeld von Erkrankungen können logopädische Beratung und Präventionsangebote dazu beitragen, Kommunikationsstörungen vorzubeugen.

Das Ziel einer logopädischen Therapie ist die Behandlung

Menschen mit Sprach-, Sprech- und Stimmproblemen sind bei Sprachtherapeuten und Logopäden gut aufgehoben. Foto: djd/GeloRevoice

von Sprachentwicklungsstörungen in ganz unterschiedlichen Bereichen: Ein Sprachtherapeut/Logopäde sollte bei Störungen der Aussprache, bei Problemen Sprache zu verstehen und einem verminderten Wortschatz, bei Problemen mit der Satzbildung, bei Problemen von Verstehen von Handlungszusammenhängen und Aufgaben sowie beim Ausbleiben einer altersgemäßen Reaktion (bei Kindern) aufgesucht werden. Zudem helfen die Experten auch bei Konzentrationsstörungen sowie bei Schluck-, Atem- und Sprechproblemen.

Wer wird behandelt?

Sprach-, Sprech-, Stimm- oder Schluckstörungen können in jedem Alter auftreten. So helfen Sprachtherapeuten nicht nur zum Beispiel stotternden Kindern sondern auch Erwachsenen, die einen Schlaganfall erlitten haben und nun die richtigen Bewegungsabläufe des Sprechens wieder erlernen müssen. Bei Jugendlichen mit schiefen Zähnen kann es ebenfalls sinnvoll sein, nicht nur zum Kieferorthopäden zu gehen, um die Zähne zu richten, sondern auch zum Sprachtherapeuten. Denn während der eine Experte mithilfe von Zahnspangen die Fehlstellung der Zähne

korrigiert, trainiert der Sprachtherapeut eventuelle falsche Bewegungsabläufe, bei denen zum Beispiel die Zunge gegen die Zähne drückt. Auf diese Weise verschieben sich die Zähne nach Abschluss der Behandlung nicht erneut.

Logopäden arbeiten also nicht nur an Sprache und Aussprache, sondern auch korrigieren auch immer falsche Bewegungsabläufe. Diese Harmonisierung der Bewegungsabläufe beim Atmen, Essen und Trinken trägt sogar dazu bei, dass Kinder und Jugendliche weniger Erkältungskrankheiten und ein besseres Essverhalten haben.

LOGOPÄDIE BOOGS

Praxis Unna
Bahnhofstr. 25
Tel. 02303 902160

**STIMM-, SCHLUCK-,
SPRACHTHERAPIE**

Praxis Kamen-Methler
Robert-Koch-Str. 46a
Tel. 02307 2611888

„Sprechen mit Freude“

www.boogs-logopaedie.de

Zentrum für Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schlucktherapie

Julia Bitter
[lo:go:pæ:di:]

Morgenstr. 3 · 59423 Unna · Tel.: 02303 21303 · Fax: 02303 23611
Bahnhofstr. 153 · 59199 Bönen · Tel.: 02383 953088 · Fax: 02383 953357
Allee 1 · 59439 Holzwickede · Tel.: 02301 294999 · Fax: 02301 298666



Beratung • Diagnose • Therapie

Das ISST-Unna verfügt über ein breitgefächertes Angebot an Leistungen aus dem Rehabilitations- und Gesundheitsbereich.

Unsere Patienten erhalten bei uns eine qualifizierte Beratung und individuell abgestimmte Therapie bei unterschiedlichsten Erkrankungen, Behinderungen und Syndromen.

Im Mittelpunkt unserer Praxis steht die logopädische Behandlung bei:

- ◆ Sprach- und Stimmstörungen
- ◆ Ess-, Trink und Schluckstörungen
- ◆ CMD / Zähneknirschen
- ◆ Schlaganfall, Parkinson
- ◆ Behinderungen, Gesichtslähmungen
- ◆ Zahn- / Kieferfehlstellung
- ◆ Schnarchen / Schlafapnoe
- ◆ Lese-, Rechtschreibschwäche / Dyskalkulie
- ◆ Schmerzen, Hörstörung, Tinnitus

Der Mensch im Mittelpunkt

Ein Behandlungserfolg braucht mehr als Routinediagnosen und Standardtherapie. Deshalb erstellen wir am ISST für jeden Patienten ein individuell angepasstes Diagnostik- und Therapieprogramm.

Sabine und Dr. Klaus Berndsen und Team



ISST Unna - Logopädische Praxis Berndsen

Öffnungszeiten Büro: Mo - Fr von 8:00 bis 16:30 Uhr • Termine nach Vereinbarung: Mo - Sa von 8:00 bis 19:00 Uhr
Wasserstraße 2 • D-59423 Unna • Fon +49 (0)23 03-8688 8 • Fax +49 (0)2303-8988 6 • buer@isst-unna.de
www.isst-unna.de

Rücken-Intensiv-Training im Medical Center am Katharinen-Hospital Unna In 42 Tagen zu einem starken Rücken!

Nur bei uns: Bleiben Ihre Trainingserfolge aus, bekommen Sie Ihr Geld zurück!



- individueller Trainingsplan
- flexible Trainingszeiten
- Kraftanalyse der Rückenmuskulatur zu Beginn und am Ende des Programms
- Sauna & Wellness inklusive



Anmeldung zum individuellen Einführungstermin:

0 23 03 / 23 92 94
oder unter www.aktiv-unna.de

Gebühr: 96,- €
Anmeldezeitraum: vom 01.03.2018 bis spätestens zum 20.03.2018

***unsere Erfolgsgarantie:**
Zu Beginn und am Ende des Programms führen wir eine computergestützte Kraftanalyse Ihrer Rumpf- und Rückenmuskulatur durch. Sollte sich die Muskelkraft zum Ende des Programms nicht verbessert haben, erhalten Sie Ihr Geld zurück. Voraussetzung: Sie führen noch kein regelmäßiges Rückentraining durch. Sie kommen innerhalb der 42 Tage regelmäßig (2 x pro Woche) zum Training und Sie halten sich an den durch unsere Sporttherapeuten erstellten individuellen Trainingsplan.

Tag der Rückengesundheit

Die besten Wege, um Beschwerden aktiv zu bekämpfen

Schmerzen im Rücken gehören zu den häufigsten körperlichen Problemen in Deutschland. Laut Gesundheitsberichterstattung des Bundes leiden 74 Prozent der Deutschen mindestens einmal im Leben darunter.

peuten zeigen Ihnen gleichzeitig Übungen, die die durch die Massage gelockerte und besser durchblutete Muskulatur trainieren und erzielen so langfristige Wirkung. Um chronische Rückenschmerzen zu vermeiden, kann jeder selbst aktiv und effektiv etwas gegen die Beschwerden tun.

Rückenfit an der frischen Luft
Regelmäßige, körperliche Bewegung ist für den Rücken grundsätzlich positiv. Ein bewegungsorientierter Lebensstil beugt den weit verbreiteten Rückenschmerzen wirksam vor. Effektiv sind individuell gestaltete Trainingsprogramme, aber es hilft auch die allgemeine Bewegung im Alltag, wie Treppen steigen, Wandern oder Radfahren. An diesem Punkt setzt das Motto des Rückentages 2018 am 15. März an „Rückenfit an der frischen Luft“. Neben dem Rückentraining im Fitness-Stu-

dio, Gesundheitszentrum oder Sporthalle, ist die Bewegung „outdoor“, also in der Natur besonders empfehlenswert. Mit Natur sind gemeint der Garten, der Stadtpark, die Wiese, der Wald, der See, der Strand oder Fuß- und Radwege. Bei akutem Rückenweh eignet sich die Stufenlagerung, das entspannt den Ischiasnerv und nimmt Druck von den Bandscheiben. Langfristig sollte die Wirbelsäule auch im Schlaf entlastet werden. (dzi/djd)



Foto: djd/akvadeWavebreakMediaMicro---stockadobecom

PHYSIO BALANCE
Massage Krankengymnastik Lymphdrainage Hausbesuche

Günther Funke Physiotherapie
Reinpfad 20 | 59423 Unna
Telefon: 02303 - 96 83 08
www.physiobalance-unna.de



Ja wo laufen sie denn?

43. Ruhrtallauf in Fröndenberg



Der Startschuss für die 10km-Strecke fällt um 15.45 Uhr. (Foto VFL Fröndenberg)

Am 10. März ist es wieder soweit: Der VFL Fröndenberg 1953 e.V. lädt zum Ruhrtallauf.

Die beliebte Veranstaltung lockt

Läufer mit flachen Strecken von 5 und 10 km, Walkern steht die 5 km-Distanz zur Verfügung. Für die Kleinen bis 6 Jahre gibt es Bambini-Läufe, Schulkinder und Jugendliche können sich

Esken • Karnatz • Boeske
STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Beratung auf den Punkt gebracht.

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

Standort Unna:
Pestalozzistraße 16
59423 Unna
Telefon 0 23 03 | 98 10 90
Telefax 0 23 03 | 98 10 70

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

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

SIGNAL IDUNA CUP 2018 in Dortmund

30 Freikaten zu gewinnen!

Es ist ein Pflichttermin für die internationale Reitelite, talentierte Nachwuchsstars und zahlreiche große und kleine Reitsport-Begeisterte: Der SIGNAL IDUNA Cup 2018. Er bietet vom 22. bis 25. März in den Westfalenhallen Dortmund nicht nur Spitzensport der Extraklasse in den drei Disziplinen Dressur, Springen und Voltigieren, sondern auch in einem große Ausstellungsreich Vielfalt pur - von Reitsportbedarf bis zu Fashion und Geschenkartikeln.

Der klassische Dressur- und Springsport hat einen hohen Stellenwert bei dem Dortmunder Traditionsturnier und lockt Teilnehmer aus aller Welt. Zudem findet auch in diesem Jahr wieder das Finale der bedeutendsten Serie des Voltigiersports statt, die FEI World Cup™ Vaulting Finals. Damen, Herren und die Duos im Pas de Deux zelebrieren hier auf aller-

feinstem akrobatischem Niveau Voltigieren der Spitzenklasse.

Erstmals wird in 2018 auch der SIGNAL IDUNA CUP zusammen mit über zwanzig Reitsportveranstaltungen aus dem In- und Ausland in Kooperation mit dem Entertain TV der Telekom und ClipMyHorse.TV im TV übertragen. Nicht nur ein Bildsignal in HD-Qualität, sondern auch ein neues Konzept in der Ausgestaltung der Sendung nach dem Vorbild von Fußballübertragungen sollen einen Mehrwert für den jungen Zuschauer bieten.

Junge Moderatoren sorgen im Dialog für Vielfalt in den Sendungen und bieten auch dem Nichtreiter Hintergrundinformationen zum Sport und Neues aus der Mode- und Lifestyle-Welt. Nach der erfolgreichen Premiere in Münster beim K+K-Cup wird der SIGNAL IDUNA CUP die zweite Übertragung in diesem Format sein. Der SIGNAL IDUNA CUP ist Sport und Emotionen pur – ein



Foto: Stefan Lafrentz

Rundum-Wohlfühlpaket für alle, die Pferdesport erleben möchten.

Zusammen mit den Veranstaltern verlosen wir 15 Mal zwei Tageskarten für Sonntag, 25. März. Den Einsendeschluss und die Teilnahmebedingungen finden Sie unter www.fkw-verlag.com.

SPORT-CENTER
Sport macht Spaß
ULRICH MILCKE

SCHWIMMKURSE
2 KINDER PRO LEHRER

Max-Planck-Straße 6 · Unna
Telefon: 0 23 03 - 8 25 55
www.milcke.de

„Bunte Tafelbühne in der Schuhfabrik“

Benefizabend für Dortmunder Tafel am 17. März

Normalerweise werden in der Atlas Schuhfabrik, Frische Luft 159 in Dortmund-Wickede, nur Schuhe gelagert und kommissioniert. Aber nicht am Samstag, 17. März, denn dann wird dort eine Bühne für Musik, Tanz und Kabarett aufgebaut. An diesem Abend lädt die Atlas-Schuhfabrik zu einer Benefizveranstaltung zugunsten der Dortmunder Tafel.

Die Gäste können sich auf Auftritte von Kabarettist Kai Magnus Sting, Flamenco-Tänzerin La Martina und das Jazz-Ensemble „Two for the Road“ freuen. Das Event wird von dem bekannten Sportmoderator Heiko Waßer moderiert. Nach dem Bühnenprogramm wird zu einem kleinen Imbiss geladen, der im

Eintrittspreis von 40 Euro inbegriffen ist.

Zusätzlich werden an dem Abend besondere Erlebnisse versteigert, die nicht so einfach zu kaufen sind. Hier hat auch Borussia Dortmund seine Unterstützung zugesagt: Ein Überraschungsgast wird ein Geschenk des Vereins versteigern. Den Gesamterlös des Abends gibt Hendrik Schabsky, Geschäftsführer Atlas Schuhfabrik und seit 2016 Mitglied im Beirat der Dortmunder Tafel, direkt an die Hilfsorganisation weiter.

Die Karten für den Benefizabend sind online unter www.atlasschuhe.de/dortmunder-tafel oder an der Pforte der Dortmunder Tafel, Osterlandwehr 31-35, erhältlich.



Maximilian Finke, Marketing Manager ATLAS Schuhe Hendrik Schabsky, Junior Geschäftsführer ATLAS Schuhe, Dr. Horst Röhr, Vorsitzender der Dortmunder Tafel, und Ansgar Wortmann, Pressesprecher der Dortmunder Tafel, hoffen auf zahlreiche Gäste auf dem Benefizabend.

Familienfest Ostern

Mit dem ersten großen Fest des Jahres den Frühling begrüßen



Foto: fotolia.com © pressmaster

Endlich Ostern! Es ist die Gelegenheit für Familientreffen, Ausflüge oder Kurzurlaube. Bei schönem Wetter locken nicht nur Frühlingsmärkte, Parks, Zoos und Tierparks oder in den Abendstunden das traditionelle Osterfeuer.

perfekte Osterausflugsziel für die ganze Familie. Spielen Sie den Ball zwischen Felsen und Bäumen hindurch, überwinden Sie Wasserläufe, versuchen Sie die tückischen Bunker zu umspielen und bahnen Sie sich Ihren Weg durchs Unterholz zum nächsten "Green". Die 18 komplett unterschiedlichen Bahnen versprechen Abwechslung für die und erfordern nicht nur Glück und Geschick, sondern auch ein gewisses Maß an Taktik. Auch die regionale Gastronomie bietet spezielle Osterangebote. Wer mit seinen Lieben den Ostersonntag beispielsweise mit einem ausgedehnten Frühstücksbuffet oder einem Osterbrunch starten möchte, der sollte jetzt die

TEEHAUS
 Neue Frühlingstees eingetroffen - z. B.:
"Elfenspek"
 Leckere Kräutermischung aus biologischem Anbau.
 Massener Straße 14
 Unna Tel.: 02303 / 237002

Spezialitäten-Restaurant
HAUS MERSMANN
 regional & international

30.03. Karfreitag:
 Fleischkarte für Sünder und Atheisten
 Samstag, 31.03. Reg. geöffnet
 Ostersonntag & Ostermontag
 Kleine Karte und Menü-Wahl
 Reservieren Sie bitte rechtzeitig. Schöne Feiertage!

Hertinger Straße 158 • 59427 Unna • Tel. 0 23 03 / 8 04 60 • www.haus-mersmann.de
 Öffnungsz.: Mo. Ruhetag (außer Feiertags) • Di. ab 17 h • Mi.-So. 11.30-14.30 h & ab 17.00 h

Augen offen halten und bald seinen Platz im gewünschten Lokal reservieren. Im "Fuchsloch" auf Gut Voswinkel in Halver können Sie beispielsweise in besonders festlichem Ambiente den Osterbrunch genießen. Er findet traditionell am Ostermontag statt. Für Kinder hält das Team Aktivitäten wie Eierbemalen bereit. Auch das Landhotel Albers in Schmalenberg ist die perfekte Location für einen genussvollen Osterausflug. Das Restaurant bietet Sau-

erländer Spezialitäten, internationale Gerichte sowie ein leckeres Kuchensortiment an.

Für die Kinder ist und bleibt das Highlight zu Ostern die große Suche nach Geschenken am Ostersonntag. Neben Schokohäsen und bunten Eiern könnten die Kleinen zum Beispiel Malbücher, Spielzeuge oder Plüschtiere im Nest finden. Wenn dann noch das Wetter mitspielt, steht einem vergnüglichen langen Wochenende nichts mehr im Wege.

Getränke Max Krietemeyer
 Mit uns läuft's.
 Tel. 02381 / 4181-0
www.getraenke-krietemeyer.de

GUT VOSWINKEL
 Herzlich Willkommen im Fuchsloch
 Wir sind Ihre Veranstaltungsgastronomie im Bergischen Land. Bei uns können Sie feiern, sich von vielfältiger Küche verwöhnen und freier Natur verzaubern lassen. Das Fuchsloch hält auch in diesem Jahr wieder esische Events für Sie bereit.
 Vorrangig planen wir Hochzeiten und freie Trauungen
 13.05.2018 ab 10.00 Uhr Muttertagsbrunch
 21.05.2018 ab 10.00 Uhr Pfingstmontagbrunch
 Für mehr Informationen besuchen Sie uns auf Facebook oder www.gut-voswinkel.de

GETRÄNKE KRIEGER
 Getränke-Kompetenz aus Unna!
 Mühlenstraße, 59425 Unna
 Tel: 02303 - 9420303
www.getraenke-krieger.de

Gastronomie im Grünen
 Seit 1824
Familie Alberts
 LANDHOTEL
Herscheider Mühle
 Restaurant • Café

Fit in den Frühling
 mit westfälischer und gut deutscher Küche
 Küchenmeisterin U. Alberts empfiehlt:
 Fischspezialitäten in reichlicher Auswahl
 tägl. lebend-frische Forellen
 ★★★★★
 Montag: Reibplätzchen
 Dienstag: Pfannkuchen
 Mittwoch: Schnitzeltag
 Samstag: wechselnde Eintöpfe
 täglich frische Waffeln und Kuchen
 ★★★★★
 Karfreitag geöffnet
 Wir freuen uns auf Ihren Besuch
 Tischreservierung erbeten.

Tägliche Öffnungszeiten: 8.00 bis 23.00 Uhr
 DONNERSTAG UND FREITAG RUHETAG • HOTEL GEÖFFNET



Es knistert in Ardey!

Die freiwillige Feuerwehr lädt zum Osterfeuer

Kein Aprilscherz, auch wenn es am 1. April stattfindet: Die freiwillige Feuerwehr Ardey organisiert auch 2018 wieder das traditionelle Osterfeuer auf dem Hähnchenhof zur Nieden.

Ab 18 Uhr geht's auf dem Hähnchenhof in der Feldstraße 5b los, denn bereits vor dem offiziellen Anzünden des Osterfeuers um 19 Uhr findet ein buntes Rahmenprogramm für Groß und Klein statt. Und wenn wettermäßig der April macht, was er will, bietet ein

Unterstand Schutz vor Wind und Regen.

Während die Zuschauer sich am Knistern und Funkeln des romantischen Feuers erfreuen, sorgen die Feuerwehrleute mit Würstchen vom Grill und Getränken für das leibliche Wohl. Um einen Parkplatz müssen sich Auswärtige übrigens nicht sorgen: Auf dem Hof gibt's ausreichend Platz.

Tragen Sie sich am besten gleich den Ostersonntag, 1. April, 18 Uhr am Hähnchenhof zur Nieden in Ihren Kalender ein!

Großes Osterfeuer!

auf dem **Hähnchenhof zur Nieden**
 Am 01. April 2018 / Ostersonntag
Ab 18 Uhr mit Spiel und Spaß!

Feldstrasse 5b -
 58730 Fröndenberg-Ardey.

- Anzeige -

Von Beginn an absichern

Mit dem Start der Ausbildung sollten junge Leute für die Zukunft vorsorgen

Die meisten jungen Leute bereiten sich mit einem Studium oder einer betrieblichen Ausbildung auf ihren späteren Beruf vor. In dieser spannenden Zeit stürmt viel Neues auf die Studenten und Auszubildenden ein, während sie sich vor allem aufs Lernen konzentrieren wollen.

ausüben können, sollten die Berufsstarter unbedingt mit einer Berufsunfähigkeitsversicherung vorsorgen. Die schützt vor den finanziellen Folgen, wenn man seinen Beruf aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr ausüben kann. Wer sich in jungen Jahren für eine solche Versicherung entscheidet, hat drei Vorteile: Erstens ist man schon früh abgesichert. Zweitens beginnt man mit niedrigen Beiträgen und drittens kann man sich aus genau diesem Grund auch für eine höhere Absicherung entscheiden.

Trotzdem ist es wichtig, sich gerade in dieser Phase nicht ausschließlich auf das Lernen zu konzentrieren, sondern auch für seine künftige finanzielle Sicherheit vorzusorgen.

Die unterschiedlichen Pflichtversicherungen

Zu den Pflichtversicherungen gehören die Kranken-, die Pflege- und die Arbeitslosenversicherung sowie die gesetzliche Renten- und die gesetzliche Unfallversicherung. Der jeweilige Arbeitnehmeranteil wird direkt vom Bruttolohn abgezogen. Die gesetzliche Unfallversicherung ist für den Versicherten beitragsfrei. Der Arbeitgeber trägt die Kosten für den Versicherungsschutz. Neben den Pflichtversicherungen ist Berufsanfänger eine Privat-Haftpflichtversicherung zu empfehlen.

Am wichtigsten ist natürlich die Gesundheit - und damit die Möglichkeit, zu arbeiten und für seinen Lebensunterhalt zu sorgen. Für den Fall, dass sie irgendwann einmal gesundheitlich zu stark eingeschränkt sein könnten und ihren Beruf nicht mehr

In jungen Jahren mit der Altersvorsorge starten

Die staatliche Rente wird bei den meisten Arbeitnehmern im Alter nicht ausreichen. „Umso wichtiger ist, das Thema rechtzeitig anzugehen“, betont Tatjana Höchstädter, Vorsorgeexpertin bei einer großen Lebensversicherung. Denn auch bei der Altersvorsorge haben „Frühstarter“ die Nase vorn. „Wer in jungen Jahren mit der Vorsorge anfängt, kann auch mit kleineren Beträgen so viel Kapital aufbauen, dass er im Alter nicht auf alle Annehmlichkeiten verzichten muss.“ Schon 25, 50 oder 100 Euro monatlicher Beiträge für die private Altersvorsorge können beachtliche Erfolge erzielen. Die abgeschlossenen Verträge sollten so flexibel wie möglich sein, weil aus einem Single zum Beispiel ein Familienvater werden kann. (dzi/djd)



Markert Versicherungen und Immobilien an neuem Standort



Markert UG (haftungsbeschränkt) in Unna steht für eine unabhängige Beratung in Sachen Versicherungen, Immobilien und Pflegeimmobilien. Jetzt hat Geschäftsführer Sven Markert neue Büroräume bezogen.

Statt in der Wilhelminenstraße 18 begrüßt er nun seine Kunden am Markt Königsborn 12. Zu den Bürozeiten montags und donnerstags jeweils von 10 bis 13 Uhr und

15 bis 18 Uhr sowie nach Vereinbarung bietet der Versicherungs- und Immobilienprofi Ihnen individuellen Service nach Maß. Dabei steht ihm ein Pool von über 130 Versicherungsgesellschaften mit einer Vielzahl von attraktiven Angeboten zur Verfügung. Egal ob eine private Haftpflicht, eine Kranken-, Kfz-, oder eine Rechtsschutzversicherung: Sven Markert findet die richtige Versicherungsgesellschaft für Sie. Auch die passende Altersvorsorge und Arbeitskraftabsicherung vermittelt Ihnen der Profi. Sie suchen eine Immobilie im Kreis Unna? Dann sind Sie ebenfalls bei Markert Versicherungen und Immobilien an der richtigen Adresse. Überzeugen Sie sich selbst! Weitere Infos unter www.markert24.com und unter info@merkert24.com.



Über 130 Versicherungspartner für Sie.

Wir beraten objektiv & leistungsstark

Gut versichert in den ersten Job!

Ihr Partner in Unna für Versicherungen (priv./gew.) aller Art.

MARKERT24
Markt Königsborn 12
59425 Unna
info@merkert24.com



Infos: 02303 / 98 61 680

www.markert24.com



Servicecenter Schulte
GmbH
Versicherungsmakler

Mit uns startest Du „sicher“ ins Berufsleben!

Lindenweg 21
58730 Fröndenberg
Fon 0 23 73 - 39 73 91
Fax 0 23 73 - 39 74 21

makler@servicecenter-schulte.de • www.servicecenter-schulte.de

MOVE Fahrsicherheitszentrum Unna

Ihr Partner für mehr Sicherheit auf den Straßen im Kreis Unna!



Wie reagiere ich richtig auf kritische Situationen im Straßenverkehr? Wie verhält sich mein Fahrzeug auf nasser Fahrbahn, im Schnee oder bei Glätte? Egal ob PKW, Motorrad oder Nutzfahrzeuge – beim Fahrsicherheitszentrum Unna können Sie gefahrlos trainieren, wie man am effektivsten bei Extremsituationen handelt!

Das Fahrsicherheitszen-

trum Unna bietet ein vielseitiges Spektrum an Fahrsicherheitstrainings an. Das Angebot reicht von Trainings für junge Fahranfänger und erfahrene Profis, bis hin zu individuellen Firmen- und Gruppenevents. Das MOVE Team lässt keine Wünsche offen.

Pünktlich zum Frühlingsbeginn veranstaltet das Fahrsicherheitszentrum Unna am Samstag und Sonntag, 17. und 18. März, sein Frühlingsfest,

bei dem Sie den sehenswerten Fahrsicherheitsplatz erkunden und sich umfassend zu den gewünschten Fahrsicherheitstrainings beraten lassen können.

Ein echtes Highlight bietet dabei vor allem das Tagesprogramm in Kooperation mit SYRO Reisemobil Center. Während des Festes haben Interessenten nicht nur die Möglichkeit alles rund um Reisemobile zu erfahren, sondern können auch im Anschluss an einem

ausgiebigen Wohnmobil-Fahrsicherheitstraining teilnehmen.

Sie interessieren sich für ein Fahrsicherheitstraining und möchten die Grenzen Ihres Könnens im Straßenverkehr testen? Oder wollen Sie sich individuell beim Frühlingsfest beraten lassen? Dann nehmen Sie jetzt mit dem Fahrsicherheitszentrum Unna telefonisch unter 02303/ 2300729 oder per E-Mail: fsz@move-bildung.de Kontakt auf!



Training für

- PKW • Motorrad • Nutzfahrzeuge
- Wohnmobile • Anhänger/Wohnwagen
- Junge Fahrer • Mobil + Fit Ü 60









Fahrsicherheitszentrum Unna GmbH
Rudolf-Diesel-Straße 51
59425 Unna
www.move-bildung.de
Tel.: 02303/2300729

Foto: djd/nuemberger-versicherungthx - Anzeige -

20 Jahre „Die Nuß im Ohr des Präsidenten“

Autor Raimon Weber feiert sein Jubiläum mit besonderer Lesung in Unna

„Ich wollte schon mit 13 Schriftsteller werden, aber dann kamen mir die Pubertät und die drei ‚Ms‘ – Mopeds, Musik und Mädchen – dazwischen“, erzählt Raimon Weber. Der Unnaer Autor feiert 2018 den 20. „Geburtstag“ seiner ersten Veröffentlichung „Die Nuß im Ohr des Präsidenten“. Der Band mit zum Teil skurrilen Kurzgeschichten war die Initialzündung für seine Karriere als Schriftsteller. Gefeierte wird das Jubiläum am Sonntag, 4. März ab 18 Uhr in der Lindenbrauerei mit einer ganz besonderen Lesung.

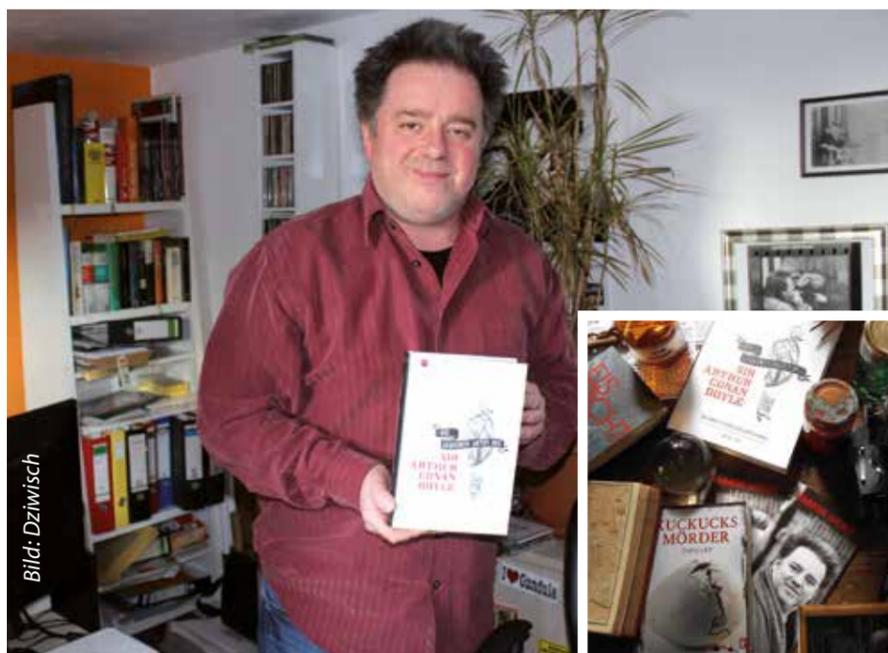


Bild: Dzwisch

Bild: Raimon Weber

„Als Jugendlicher habe ich Schlagzeug gespielt und wollte das zu meinem Beruf machen, danach erst war mein Plan Geschichtswissenschaft und Politologie zu studieren, das wurde dann aber auch nichts. Ich habe schließlich eine kaufmännische Lehre im Kfz-Bereich gemacht“, erzählt Raimon Weber. 1996/97 habe er sich wieder auf das Schreiben besonnen und als er 1998 seinen Kurzgeschichtenband veröffentlichte, wurde ein Verlag für Hörspiele auf ihn aufmerksam.

Der Meister des atmosphärischen Hörspiels

„Ich habe dann angefangen, Hörspielskripte zu schreiben“, so Weber und das tut er bis heute. Seine erfolgreichste Hörspiel-Reihe ist „Monster 1983“, die er zusammen mit Ivar Leon Menger und Anette Strohmeier geschrieben hat. Sie spielt in dem kleinen Küstenstädtchen Harmony Bay in den USA, die von einer Serie mysteriöser Todesfälle erschüttert wird. Sheriff Cody, den es nach dem Tod seiner Frau dorthin verschlagen hat, wird bereits kurz nach seiner Ankunft zur Pflicht gerufen, denn es geschehen merkwürdige Dinge: Ein Gefangenentransport zerschellt an einer Klippe, ein russischer Spion ist wie vom Erdboden verschluckt und es tauchen immer mehr Leichen auf, die merkwürdige Einsteiche im Rücken aufweisen. Cody

und sein Team gehen davon aus, dass die Morde von einem Serienkiller begangen werden, der seine Opfer bestialisch im Schlaf tötet. Doch wer steckt wirklich dahinter? Das können Hörspielfans in insgesamt 30 Folgen in drei Staffeln herausfinden.

„Wir wollten die Atmosphäre von 80er-Jahre-Filmen wie ‚E.T.‘, ‚Die Goonies‘ und ‚The Fog‘ einfangen und das ist uns auch ganz gut gelungen. Zudem konnten wir die Crème de la Crème der deutschen Synchronsprecherriege gewinnen, unter anderem David Nathan (Stimme von Jonny Depp), Luise Helm (Stimme von Scarlett Johansson), Andreas Fröhlich („Die drei ???“) gewinnen“, erklärt Weber. Neben den Stars und der außergewöhnlichen und spannenden Story hat zudem die Kooperation mit „Audible“, dazu beitragen, dass „Monster 1983“ zu einer der erfolgreichsten deutschsprachigen Hörspielreihen für Erwachsene geworden ist.

Hang zu skurrilen Thrillern

Neben seinen Hörspielen schreibt Raimon Weber Romane. Bisher sind es 36, die nie eindeutig einem Genre zuzuordnen sind. Sein bisher erfolgreichster Roman ist „Die geheimen Akten des Sir Arthur

Conan Doyle“. Darin wird der Erfinder von Sherlock Homes selbst zum Ermittler. In insgesamt zehn abgeschlossenen Fällen untersucht der schottische Autor für die „Gesellschaft für Parapsychologie“ übersinnliche Phänomene unter anderem in Afrika, Sibirien und auf der arktischen Inselgruppe Spitzbergen.

Geplant war der Roman so ursprünglich nicht. „Ich habe vor Jahren mal eine Anfrage bekommen, ob ich ein Sherlock Holmes-Hörspiel schreiben könnte. Ich eigne mir jedoch nicht gerne Figuren anderer Autoren an, deshalb habe ich mich mit Sir Arthur Conan Doyle beschäftigt. Dabei bin ich darauf gestoßen, dass Doyle einen Hang zum Übernatürlichen hatte und jahrelang Mitglied der „Gesellschaft für Parapsychologie“ in London war. Das war für einen Autor wie mich, eine Steilvorlage und so ist dann statt dem Hörspiel das Buch entstanden“, erzählt Weber lachend. Das Buch ist nicht nur in Deutschland, sondern auch in Großbritannien und den USA erschienen. Der „clevere ältere Herr, der Aufträge erhält, ungewöhnliche historische Ereignisse zu untersuchen“, sei ihm so ans Herz gewachsen, dass es wohl auch mal eine Fortsetzung geben wird, ver-

rät der Unnaer Autor.

Recherche ist das A und O

Egal, ob bei einem Hörspiel oder bei einem Roman: Die Recherche ist für Raimon Weber das Wichtigste. „Ich gehe immer an meine Schauplätze, um die Atmosphäre richtig einzufangen“, erzählt er. So haben ihn seine „Schauplatz-Besichtigungen“ bereits in die Gerichtsmedizin und die in die Geschlossene Forensische Psychiatrie geführt. Er beschäftigte sich mit ungewöhnlichen Tötungsmethoden und lernte jene kennen, die sie anwendeten. Laut seinen Kritikern sind die Personen in seinen Romanen hervorragend charakterisiert und scharf gezeichnet.

Die Jubiläumslesung

Wer sich selbst einen Eindruck von Raimon Webers Werken verschaffen möchte, der sollte sich den 4. März im Kalender anstreichen. Dann gibt er einen ganz persönlichen Einblick in seine Arbeit und präsentiert – nur an diesem Abend – Auszüge aus dem Hörspiel „ADAM“, das nie veröffentlicht wurde. Karten sind bei der Lindenbrauerei und allen bekannten Vorverkaufsstellen für 8 Euro, an der Abendkasse für 10 Euro zu haben.

– Anzeige –

Silberner Meisterbrief

Auszeichnung für Britta Garand

Wie die Zeit vergeht! Friseurmeisterin Britta Garand, Inhaberin des Familienbetriebes Mecklenbrauck (Bergkamen), feierte im Februar 25 Jahre Besitz des Meisterbriefes.

Nach 20 Jahren im Beruf wagte Sie den Schritt in die Selbständigkeit und übernahm nach dem Ruhestand ihrer Mutter 2006 den von ihrem Vater Horst 1957 gegründeten Salon an der Töddinghauser Straße 93.

Jubiläen sind beim Friseursalon Mecklenbrauck keine Seltenheit: Mitarbeiterin Gabriele Fox, gehört seit über 36 Jahren zum Team. Michaela Brüggemann ist seit 10 Jahren dabei.

Derzeit sucht die Friseurmeisterin, die viele junge Leute im Handwerk ausgebildet hat, eine ausgebildete Fachkraft als Verstärkung.

Öffnungszeiten: Dienstag bis

Freitag von 8.30 Uhr bis 18 Uhr, samstags von 8 Uhr bis 13 Uhr. Telefonische Terminabsprachen unter: 02307/62285.



Obermeister Wolfgang Mikeleit (Friseur-Innung Unna) zeichnete Friseurmeisterin Britta Garand, Salon Mecklenbrauck in Bergkamen, mit dem Silbernen Meisterbrief der Handwerkskammer Dortmund aus.

SPD will Rotstift ansetzen

Anträge zur Kürzung von Zahlungen an Politiker

Mit gleich zwei Anträgen möchte sich die SPD-Fraktion im Rat für die Belange der Bürger einsetzen.

Zum einen streben die Genossen an, die Sockelfinanzierung von Fraktionen um zehn Prozent zu senken – dies hatten auch die Bündnisgrünen und die FLU angeregt. Ebenfalls wird die Kürzung der Zuwendungen an die Ratsmitglieder der Kreisstadt Unna um zehn Prozent verlangt. Zum anderen beschäftigt sich die SPD mit dem Thema Aufwandsentschädigung für Vor-

sitzende von Ausschüssen der Stadt Unna. Diese beläuft sich – unabhängig vom tatsächlichen Aufwand – auf stolze 400€ im Monat. „Die zusätzliche Aufwandsentschädigung schießt weit über das Ziel hinaus, weil sie in keinem Verhältnis zu anderen Tätigkeiten steht, die zum Beispiel Ehrenamtliche in einem Sportverein leisten“, stellt der SPD-Fraktionsvorsitzende Volker König klar. Mit dem gesparten Geld könnten laut Antrag zum Beispiel Anreize für bürgerschaftliches Engagement geschaffen werden.

www.fkwverlag.com



Mit dem Fahrrad etwas Gutes tun

„Auszeit für die Seele e.V.“ lädt zur Benefiz-Radtour



Der Verein „Auszeit für die Seele e.V.“ aus Bönen, in Kooperation mit der Ortsgruppe Bönen des Adfc, lädt alle Fahrradfrende aus dem gesamten Kreis Unna zu einer Benefizradtour zu Gunsten krebskranker Menschen ein. Der Verein ermöglicht mit den zusammenkommenden Spendengeldern mittellosen Krebspatienten eine kostenfreie Ferienwoche.

Am Samstag 17. März um 14 Uhr wird unter dem Motto „Radeln gegen Krebs“ am Bahnhof in Bönen gestartet.

Auszeit für Sigg

Es werden rund 35 km mit einer Pause (15 km/h-Schnitt) zurückgelegt. Die Benefiztour in Bönen dient zur Finanzierung einer kostenlosen Ferienwoche für die Patientin Sigg. Sie ist Jahrgang

1948 und eine sogenannte aus-therapierte Krebspatientin. Noch in diesem Jahr wird Sigg ihren Wohnsitz in ein Hospiz verlegen. Vorher ist es ihr sehnlichster Wunsch, noch einmal eine schöne Ferienwoche auf der Insel Sylt zu erleben. Der Verein Auszeit für die Seele e.V. möchte ihr diesen Wunsch ermöglichen. Alle Teilnehmer der Benefizradtour nehmen automatisch an einem Gewinnspiel teil. Als Hauptpreis wartet eine Radreise nach Mallorca für zwei Personen, organisiert durch den Reiseexperten Herrn Jan Peter Horst. Auch unabhängig von der Radtour würde sich der „Auszeit für die Seele“ über eine Spende auf das folgende Spendenkonto freuen:



Bankverbindung: Volksbank Bönen, IBAN: DE56 4106 2215 0056 6282 01 BIC: GENODEM1BO1

Weitere Informationen unter dem Service Telefon oder auf der Homepage. Der Verein würde sich über zahlreiche Teilnehmer freuen!



Auszeit für die Seele 023 83-9182775

www.radeln-gegen-krebs.de



Auszeit für die Seele e.V. Stichwort Auszeit für Sigg

Tipps für Berufseinsteiger

So klappt es mit dem Traumberuf

Foto: dj/d/BVR/Getty



Foto: dj/d/Nuernberger-Versicherung/FMKopala



Mit über 100 Jahren Erfahrung ist voestalpine Böhler Welding die globale Top-Adresse für die täglichen Herausforderungen in den Bereichen Verbindungsschweißen, Reparatur, Hartauftragung und Plattierung sowie für das Hartlöten. Über 40 Niederlassungen in 25 Ländern, 2.200 Mitarbeiter sowie mehr als 1.000 Vertriebspartner auf der ganzen Welt sind Garant für Kundennähe. Mit der individuellen Beratung durch unsere Anwendungstechniker und Schweißfachingenieure gewährleisten wir, dass unsere Kunden auch die anspruchsvollsten schweißtechnischen Herausforderungen meistern. voestalpine Böhler Welding führt drei spezialisierte und fokussierte Produktmarken um die Anforderungen unserer Kunden und Partner stets optimal zu erfüllen.

voestalpine Böhler Welding Germany GmbH

BIST DU AUF DER SUCHE NACH EINEM STARKEN TEAM?!

Dann starte bei uns am Standort Hamm als:

- Industriekaufmann/-frau
- Industriemechaniker/in
- Verfahrensmechaniker/in
- Maschinen- und Anlagenführer/in
- Elektroniker/in für Betriebstechnik
- Chemielaborant/in
- Fachlagerist/in

Bewirb Dich jetzt online!

Bewirb Dich für das Ausbildungsjahr 2018 online über unser Bewerbungsportal unten: www.voestalpine.com/welding

voestalpine Böhler Welding
www.voestalpine.com/welding

voestalpine
ONE STEP AHEAD.

Die Chancen am Ausbildungsmarkt sind so gut wie lange nicht mehr. Einen Ausbildungsplatz gibt es aber trotzdem nicht geschenkt. Wer seinen Traumberuf ergreifen will, sollte einige Regeln beachten. Hier sind einige Tipps für den Erfolg.

In der Regel sollte man ungefähr ein Jahr vor Ausbildungsbeginn im August mit seinen Bewerbungen starten. Wichtiger Stichtag bei Handwerksbetrieben ist häufig auch der Zeitraum rund um das Halbjahreszeugnis.

Gute Bewerbung

Arbeitgeber erwarten, dass

sich die potenziellen Mitarbeiter schon im Vorfeld über das Unternehmen informiert haben und dies sollte man auch im Anschreiben zum Ausdruck bringen. Dass dieses ansprechend formuliert sein sollte, formal einwandfrei und vor allem orthografisch korrekt, ist eine Selbstverständlichkeit. Am besten lässt man noch einmal jemanden die Unterlagen auf Rechtschreibfehler und Ausdruck prüfen, bevor man eine fehlerbehaftete Mappe auf die Reise schickt.

Viele Bewerbungen

Auf keinen Fall auf 1-2 Bewerbungen ausruhen! Je mehr Be-

werbungen man verschickt, desto größer ist die Chance, dass später eine Zusage dabei ist. Mit freiwilligen Praktika zeigt man den Arbeitgebern, wie engagiert und motiviert man ist.

„Plan B“ überlegen

Bewerber um einen Ausbildungsplatz sollten sich früh um eine Alternativplanung kümmern, falls es mal im Wunschberuf nicht klappen sollte.

Das Vorstellungsgespräch

Auf Vorstellungsgespräche und Auswahltests sollte sich immer vorbereitet werden. Es gibt ein paar Standardfragen, die fast immer gestellt werden. Jugendliche sollten zudem regelmäßig die aktuellen Nachrichten verfolgen, um Fragen im Bereich Allgemeinwissen beantworten zu können.

Hier noch ein paar Tipps für das Bewerbungsgespräch

Gute Organisation schont die Nerven. Wer pünktlich kommt, ist entspannter und kann sich besser präsentieren. Daher sollten alle Details der Anreise rechtzeitig geklärt werden - ob Bahnfahrkarte oder Parkhaus

Was ziehe ich an?

Schon im Vorfeld sollte man sondieren, wie sich die späteren Kollegen kleiden, und sich deren Stil anpassen. Grundsätz-

lich gilt, dass ein dezenter Auftritt immer erste Wahl ist

Die Kür der Selbstdarstellung

Meist werden die Bewerber zu Beginn des Gesprächs gebeten,

etwas über sich zu erzählen. Darauf sollte man gut vorbereitet sein und die wichtigsten Meilensteine der eigenen Ausbildung und Entwicklung in rund drei Minuten darstellen kön-

nen. Dabei achtet man darauf, dass die Selbstdarstellung so gut wie möglich zum Unternehmen passt und auch in sich stimmig ist.

Ludwig Fresenius Schulen

Unsere Ausbildungen in Dortmund und Lippstadt:
 Biologisch-technische/r Assistent/in (in Vorbereitung)
 Ergotherapeut/in
 Masseur/in und med. Bademeister/in*
 Pharmazeutisch-technische/r Assistent/in*
 Physiotherapeut/in (auch Nachqualifizierung in Voll- oder Teilzeit*)
 Rettungssanitäter/in*

Unsere Weiterbildungen in Dortmund:
 Bau-, Elektro-, Maschinenbau-, Kfz-Techniker/in*
 Kfz-Sachverständige/r*

*Förderung u.a. durch Jobcenter oder Arbeitsagentur möglich

Infoveranstaltung
 Dortmund: 06.03. | 15:00 Uhr
 Lippstadt: 06.03. | 15:30 Uhr

Was? Wann? Wo?
www.ludwig-fresenius.de

EGV | AG
FOOD IS OUR BUSINESS

Tolle Ausbildungsplätze bei der EGV | AG

Als zukunftsorientiertes Unternehmen beliefert die EGV zuverlässig und kundenorientiert Großverbraucher der Gemeinschaftsverpflegung, Hotellerie, Betriebsgastronomie, soziale Einrichtungen sowie Catering- und Systembetriebe mit Lebensmitteln.

Auf dich warten interessante und abwechslungsreiche Tätigkeiten, ein freundliches Arbeitsklima und ein klasse Team, interne Förderungen und Weiterbildungen sowie viele Sonderleistungen.

Nutze deine Chance auf einen Ausbildungsplatz als:

- **Berufskraftfahrer/-in**
- **Fachkraft für Lagerlogistik**
- **Fachlagerist/in**

Gute Übernahmechancen bei guter Leistung

Informiere dich jetzt!

Bewerbungen an:
 EGV Lebensmittel für Großverbraucher AG
 Personalabteilung • Werler Straße 42 • 59423 Unna
 Tel.: 02303/94201563

02.03.2018, Konzert, 20.00 Uhr

Demon's Eye – Tribute to Deep Purple



Von den Originalen geschätzte Deep Purple Tribute Show mit "Demon's Eye". Mit dem Sound und der Magie der Blackmore- und Lord-Ära von Deep Purple.

Fans lieben an der Band, dass sie nicht "nur" 1:1 covert, sondern auch furiose Improvisationen

miteinfließen lässt. Und so wie Deep Purple in Ritchie Blackmore ihren primus inter pares hatten, ist es bei Demon's Eye ebenfalls der Gitarrist, der eine besondere Stellung einnimmt.

Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

02.03.2018, Theater, 20.00 Uhr

Arthus & Claire – Komödie mit Hardy Krüger jr.

In klugen, witzigen Dialogen kreisen zwei Lebensmüde um die Dinge, die das Leben wirklich ausmachen und beschließen, sich diesem Leben zu stellen und es bis zum letzten Augenblick auszukosten.



Bezaubernd leicht mit Tiefgang - so müssen heutige Geschichten erzählt werden!

Konzertaula, Kamen

10 Jahre Qualitäts-Umzüge
NEU: Festpreis u. kostenl. Beratung vor Ort!
Fa. Zahn, 59379 Seim, Dieselweg 4
Tel. 02592-9776600
www.zahntransporte.de

Der Name für große Größen!
MODE Größe 40-60
✓ Fachgerechte Beratung
✓ Eigenes Änderungsatelier
SAWALL MODE Größe 40-60
Dortmund · Kleppingstr. 21 - 23
Hagen · Mittelstr. 10
www.sawallmoden.de

Veranstaltungskalender für den Kreis Unna

1. bis 31. März 2018

1. Donnerstag

Messe
9.00 Uhr
Motorräder Dortmund 2018
Westfalenhallen, Dortmund

Treffen
16.00 Uhr
Kaffeestube für Menschen mit Behinderungen
Ev. Gemeindehaus Mitte, Kamen

Konzert
20.00 Uhr
Nighthawks live
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Show
20.00 Uhr
Martin Rütter: Freispruch!
Westfalenhallen, Dortmund

2. Freitag

Messe
9.00 Uhr
Motorräder Dortmund 2018
Westfalenhallen, Dortmund

Show
19.00 Uhr
Ehrlich Brothers: Faszination – Die neue Magie Show
Westfalenhallen, Dortmund

Theater
19.30 Uhr
„Frau Müller muss weg!“
Gesamtschule, Fröndenberg

Fest
20.00 Uhr
Champions Gala
Stadthalle, Unna

Konzert
20.00 Uhr
Demon's Eye – Tribute to Deep Purple
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

3. Samstag

Messe

9.00 Uhr
Motorräder Dortmund 2018
Westfalenhallen, Dortmund

Aktion
10.00 Uhr
S-East Side Gallery
Kunstwerkstatt, Bönen

Markt
14.00 Uhr
6. Kleiderbörse des Schützenvereins
Schützenheide, Kamen

Theater
19.30 Uhr
„Frau Müller muss weg!“
Gesamtschule, Fröndenberg

Konzert
20.00 Uhr
Stephan Sulke:
Liebe ist nichts für Anfänger
Kulturschmiede, Fröndenberg

Kabarett
20.00 Uhr
1. Lüner Lachnacht: 1 Abend – 6 Comedians
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Kabarett
20.00 Uhr
B.B. & The Blues Shacks – „lady's and gangsters, it's bluestime“
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Party
20.00 Uhr
Subergs Ü30 Party
Westfalenhallen, Dortmund

4. Sonntag

Messe
9.00 Uhr
Motorräder Dortmund 2018
Westfalenhallen, Dortmund

Markt
10.00 Uhr
Kids Markt
Stadthalle, Unna

Markt
11.00 Uhr
Dortmunder Schallplatten-Börse
Westfalenhallen, Dortmund

Show
11.00 Uhr
Dschungelbuch – Das Musical
Westfalenhallen, Dortmund

Markt
11.00 Uhr
Trödelmarkt
Globus, Holzwickede

Markt
11.00 Uhr
6. Kleiderbörse des Schützenvereins
Schützenheide, Kamen

Theater
15.00 Uhr
„Frau Müller muss weg!“
Gesamtschule, Fröndenberg

Show
15.00 Uhr
Dschungelbuch – Das Musical
Westfalenhallen, Dortmund

Treffen
16.00 Uhr
It's Teatime
Schulzentrum, Holzwickede

Konzert
17.00 Uhr
Two fort he Road: Latin America
Förderturm, Bönen

Show
17.00 Uhr
Russisches Staatsballett:
Schwanensee
Konzertaula, Kamen

Theater
18.00 Uhr
Hejmo – Tanztheater
Theater Narrenschiff, Unna

Lesung
18.00 Uhr
Raimon Weber – „Aus dem Leben eines Bangemachers“
Atelier (Lindenbrauerei), Unna

Konzert
18.30 Uhr
Klänge des Orients
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

5. Montag

Treffen
16.30 Uhr
Frauen „schmecken“ Religionen: Wie, was und warum essen wir?!
Stadtbücherei, Kamen

6. Dienstag

Show
20.00 Uhr
Die Nacht der Musicals 2018
Westfalenhallen, Dortmund

7. Mittwoch

Konzert
20.00 Uhr
Sparkassen Grand Jam:
Tommie Harris (Alabama/USA)
Haus Schmülling, Bergkamen

Theater
20.00 Uhr
Jesus liebt mich – Komödie
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

8. Donnerstag

Ausstellung
08.00 Uhr
„Telling Stories“ (bis 03.05.2018)
Technopark, Kamen

Ausstellung
18.00 Uhr
„Haushalt. Die Dinge und ich.“ (bis 01.07.2018)
Galerie sohle1, Bergkamen

Konzert
20.00 Uhr
WeltMusik MusikWelt:
Fragile Matt
Haus Opherdicke, Holzwickede

Konzert
20.00 Uhr
MusikClub: Sara's Wohnzimmer
Schalander (Lindenbrauerei), Unna

09.03.2018, Show, 20.00 Uhr

Die Feisten: „Nusschüsselblues“



Der feine Humor der Feisten verschmilzt auf ihrem Bassstimmenrhythmuskickboxkleingitarrenteppich wie Käse auf der Pizza.

„Nusschüsselblues“, „Die schönste Frau der Welt“, „Tofuwurst“... schon

allein die Titel machen Appetit auf das neue Live-Programm der feisten. „Kriech nicht da rein“ war der erste Youtube-Hit der beiden.

Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

10. / 11.03.2018, Messe, 11.00 Uhr

ESSEN TRINKEN FEIERN

Bei dieser Messe ist richtig etwas los in der Stadthalle Unna. Denn es geht ums Essen, Trinken und Feiern. Hier werden die Sinne Sehen, Riechen und Schmecken voll auf ihre Kosten kommen, denn Probieren ist erwünscht!

Am Samstag und Sonntag, von 11 bis 18 Uhr präsentieren zahlreiche Aussteller ihre köstlichen Angebote in der Genusswelt. Die Messe bietet, angefangen bei den neuesten Kochtrends bis hin zu Partydeko in vielen Bereichen Informationen für Ihre eigene Feier, Betriebsfeiern, Catering- und Restaurantangebote, Entertainment, Hilfe bei der Locationsuche, aber auch Infos über Lebensmittel und Getränke etc. Alles kompakt auf rd. 2000 qm Fläche und natürlich aus erster Hand. In der Genusswelt finden Sie über Backwaren und Gebäck, Öle und Essenzen, +Käsespezialitäten, Gewürze, Naturbelassenes und Gekochtes einfach alles, was das Herz begehrt!

Die neue Messe
ESSEN TRINKEN FEIERN
10./11.03.2018
Stadthalle Unna
11.00-18.00 Uhr
EINTRITT 6,00 €

Zusätzlich können Sie heimische oder internationale Spezialitäten von den Ausstellern, zu den Themen Kochen, Backen, Grillen und Räuchern usw. kosten und vor allem lieben lernen, denn Probieren ist erwünscht! Auch die Feier im eigenen Heim spielt bei der Messe eine Rolle, denn viele Aussteller bieten Ihnen zusätzlich einen Catering-Service, Partydekoration, Entertainment und/oder einen Miet- und Verleihservice. Der Eintritt beträgt sechs Euro.

Stadthalle, Unna

16.03.2018, Konzert, 20.00 Uhr

ABBA Review – Thank you for the Music



ABBA Review – Die internationale ABBA Tribute Erfolgsproduktion mit Musikern aus Schweden, England, Malaysia und Deutschland.

rigen Jubiläum des „Waterloo“ Erfolgs, begeistert diese Musik noch das Publikum. ABBA Review bringt die Welthits der 4 Schweden in einer energiegeladenen Show wieder live auf die Bühne.

Plateau-Schuhe und schrille Kostüme waren das Markenzeichen von ABBA. Auch nach dem 40 Jäh-

Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

17.03.2018, Kabarett, 20.00 Uhr

Faisal Kawusi: „Glaub nicht alles was du denkst“



Es ist endlich soweit!!! 1,90 m geballte Comedy!!!

publik. Selbstironisch, komisch, mit gedanklicher Schärfe und viel Humor geht es um die Vorurteile, die das junge Comedy Schwergewicht jeden Tag umkreisen.

Faisal Kawusi, der sympathische Afghane von nebenan, erobert mit seinem ersten Soloprogramm „Glaub nicht alles, was du denkst“ die Bühnen der Re-

Stadthalle, Unna

9. Freitag

Theater
19.30 Uhr
Hejmo – Tanztheater
Theater Narrenschiff, Unna

Kabarett
20.00 Uhr
Änne und Lisbeth – Kabarett zum Int. Frauentag
Stadtbücherei, Kamen

Theater
20.00 Uhr
Arthus & Claire – Komödie mit Hardy Krüger jr.
Konzertaula, Kamen

Show
20.00 Uhr
Die Feisten: „Nusschüsselblues“
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

10. Samstag

Messe
09.30 Uhr
Glow by dm
Westfalahallen, Dortmund

Sport
10.00 Uhr
43. Ruhrtallauf
Gesamtschule, Fröndenberg

Messe
11.00 Uhr
Essen Trinken Feiern
Stadthalle, Unna

Party
20.00 Uhr
Ü50 Disko mit Rock & Beat und aktuellen Charts
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Konzert
20.00 Uhr
Jon Flemming Olsen: „von ganz allein“
Atelier (Lindenbrauerei), Unna

Konzert
20.00 Uhr
Sunrise Avenue: Heartbreak Century
Westfalahallen, Dortmund

11. Sonntag

Messe
09.30 Uhr
Glow by dm
Westfalahallen, Dortmund

Markt
11.00 Uhr
Frühlingsbasar
Hansesaal, Lünen

Messe
11.00 Uhr
Essen Trinken Feiern
Stadthalle, Unna

Show
17.00 Uhr
Die Perlenfischer – Oper in drei Akten
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Konzert
17.30 Uhr
Passionsmusik
Pauluskirche, Kamen

Theater
18.00 Uhr
Hejmo – Tanztheater
Theater Narrenschiff, Unna

12. Montag

Kindertheater
17.00 Uhr
Ritter Rost und das Gespenst
Konzertaula, Kamen

Show
20.00 Uhr
Footloose – Das Tanzmusical
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

13. Dienstag

Kindertheater
15.00 Uhr
Mausekuss für Bär
Stadthalle, Unna

Kabarett
20.00 Uhr
„Storno – Die Abrechnung 2017“
Studio Theater, Bergkamen

14. Mittwoch

Messe
09.00 Uhr
Creativa – Europas größte Messe für kreatives Gestalten
Westfalahallen, Dortmund

Konzert
19.30 Uhr
7. Sinfoniekonzert
Konzertaula, Kamen

Vortrag
20.00 Uhr
„Von den Vogesen zur Côte d'Azur“
Sparkasse, Holzwickede

Theater
20.00 Uhr
WeltMusikMusikWelt – Cincinatela
Haus Opherdicke, Holzwickede

Konzert
20.00 Uhr
Schattentheater: Moving Shadows
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Konzert
20.00 Uhr
Jammin' Lounge feat. Michael Meier & friends
Schalander (Lindenbrauerei), Unna

15. Donnerstag

Messe
09.00 Uhr
Creativa – Europas größte Messe für kreatives Gestalten
Westfalahallen, Dortmund

Vortrag
18.30 Uhr
100 Jahre Frauenwahlrecht
Stadtbücherei, Kamen

Kabarett
20.00 Uhr
Simone Solga: „Das gibt Ärger“
Studio Theater, Bergkamen

Treffen
19.30 Uhr
English – Conversation Circle
Ev. Gemeindehaus, Holzwickede

Vortrag
19.30 Uhr
Buchvorstellung in gemütlicher Atmosphäre
Ev. Gemeindehaus Mitte, Kamen

Theater
20.00 Uhr
Othello – Schauspiel mit Martin

Semmelrogge
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Konzert
20.00 Uhr
Musik Club: Garage 3
Schalander (Lindenbrauerei), Unna

Theater
20.00 Uhr
Theatervormiete: Bella Figura
Stadthalle, Unna

16. Freitag

Messe
09.00 Uhr
Creativa – Europas größte Messe für kreatives Gestalten
Westfalahallen, Dortmund

Treffen
18.00 Uhr
Spieleabend
Stadtbücherei, Kamen

Lesung
19.00 Uhr
Soetry Plam
Treffpunkt, Bönen

Theater
19.30 Uhr
Hejmo – Tanztheater
Theater Narrenschiff, Unna

Konzert
20.00 Uhr
Night Fever – The very Best of Bee Gees
Konzertaula, Kamen

Konzert
20.00 Uhr
Abba Review – Thank you for the Music
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Konzert
20.00 Uhr
The Kelly Family: We got Love – Tour
Westfalahallen, Dortmund

17. Samstag

Messe
09.00 Uhr
Creativa – Europas größte Messe für kreatives Gestalten

24.03.2018, Konzert, 20.00 Uhr

Das Wunder



Eine musikalische Zeitreise durch 40 Jahre deutsche Rock- und Popgeschichte bis hin zur Neuzeit, präsentiert durch sieben junge Vollblutmusiker, die in ihrer Karriere bereits große Erfolge feiern durften.

Und das sind die Wunderbaren: Mit der 1LIVE-Krone ausgezeichnet und Echo-nominiert sind die drei Ex-Luxuslarm-Musiker Henrik Oberbossel, David Rempel und Eugen Urlacher.“

Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

BUNTE TAFELBÜHNE IN DER SCHUHFABRIK

17. MÄRZ 2018

BENEFIZABEND

zugunsten der

DORTMUNDER TAFEL

PROGRAMM

Kabarett: Kai Magnus Sting
Flamenco: La Martina | Jazz-Ensemble: Two for the Road
Auktion | kleiner Imbiss | Moderation: Heiko Waßer

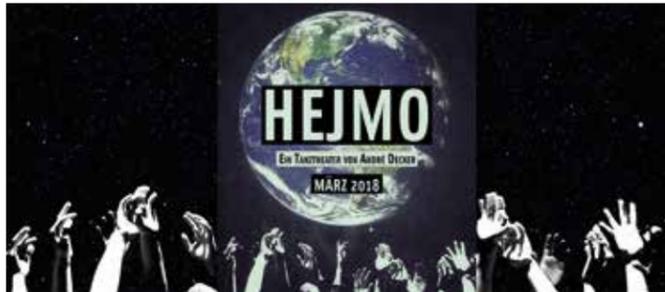
TICKETS: 40 Euro inkl. MwSt.

ATLAS® Schuhfabrik GmbH Ko. KG
Frische Luft 159 | 44319 Dortmund
Beginn: 19.30h | Einlass ab 18.30h

Anmeldung unter: www.atlasschuhe.de/dortmunder-tafel

4. / 9. / 11. / 16. / 17. / 23. 03. 2018,
Theater, 18.00 Uhr

Hejmo – Tanztheater



Das theater narrenschiff will unter dem Namen „Hejmo“ gemeinsam mit Gästen tänzerisch herausarbeiten, was „Heimat“ bedeuten kann: Wo kommen wir her? Wo gehören wir hin? Und was macht uns heimatlos?

Theater Narrenschiff, Unna

„Ruhrstadtträumer“ gesucht

Stipendienprogramm für 16 bis 20-jährige

Wer gern einmal Projektmanagement-Luft schnappen möchte und zugleich kreative Ideen mitbringt, der kann sich für das erstmalig in Unna stattfindende, kostenlose Programm bewerben.



Bei den „Ruhrstadtträumern“ geht es darum, sich im Kreis Unna zu engagieren, eigene Ideen zu entwickeln und diese dann gemeinsam in einem Team in die Realität umzusetzen. In zwei Camps – eins in den Osterferien in Bielefeld, das zweite in den Sommerferien im Kreis Unna – lernen die Teilnehmer, wie man ein Projekt erfolgreich an den Start bringt: begleitet von Mentoren und Experten.

ter gesellschaftlicher Teilhabe auf Basis demokratischer Werte im Ruhrgebiet.

Der Projekttablauf

Nach der Bewerbung findet für die Ausgewählten ein Vortreffen am 20. März statt. Vom 26. März bis 4. April geht's dann ins Camp nach Bielefeld. Am 5. Mai findet ein Zwischentreffen zur Projektumsetzung in Unna statt und das Finale erfolgt beim Sommercamp vom 16. bis 20. Juli. Hier können sich die Teilnehmer über den Erfolg ihrer Projekte austauschen, neue Kontakte knüpfen und bekommen obendrein ein Zertifikat.

Noch sind Plätze frei!

Interessiert? Die Anmeldung ist bis zum 11. März möglich. Infos zum Ablauf und bisherigen Projekten gibt's auf www.ruhrstadttraeumer.org

Westfalahallen, Dortmund

Messe
09.00 Uhr
Cake Dreams 2018
Westfalahallen, Dortmund

Fest
18.00 Uhr
St. Patrick's Day
Quadrat, Kamen

Theater
19.30 Uhr
Hejmo – Tanztheater
Theater Narrenschiff, Unna

Kabarett
20.00 Uhr
Faisal Kawusi: „Glaub nicht alles was du denkst“
Stadthalle, Unna

Kabarett
20.00 Uhr
Dieter Nuhr: Hier und Heute
Westfalahallen, Dortmund

18. Sonntag

Messe
09.00 Uhr
Creativa – Europas größte Messe für kreatives Gestalten
Westfalahallen, Dortmund

Messe
09.00 Uhr
Cake Dreams 2018
Westfalahallen, Dortmund

Markt
10.00 Uhr
Frühlings- und Sommer-Basar
Luisenstr. 18, Kamen

Markt
11.00 Uhr
Trödelmarkt
Poco, Holzwickede

Führung
15.00 Uhr
„Sagen“haftes und liebenswerten Kamen
Alter Markt, Kamen

20. Dienstag

Treffen
20.00 Uhr
Seniorentanz:

Du musst das Leben tanzen
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Show
20.00 Uhr
Wunschkonzert: Ballett mit Maura Morales
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

21. Mittwoch

Treffen
14.30 Uhr
29.GemeinsameSeniorenrunde
Luther-Zentrum, Kamen

Kabarett
19.30 Uhr
Friedemann Weise: „Die Welt aus der Sicht von schräg hinten“
Galerie sohle1, Bergkamen

Konzert
19.30 Uhr
Fritz Eckenga: „Nehmen sie das bitte persönlich“
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

22. Donnerstag

Kindertheater
11.00 Uhr
Das Dschungelbuch – Familienmusical
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Sport
12.30 Uhr
Signal Iduna Cup 2018
Westfalahallen, Dortmund

Kindertheater
16.00 Uhr
Das Dschungelbuch – Familienmusical
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Konzert
20.00 Uhr
Voices of Town
Schalander (Lindenbrauerei), Unna

23. Freitag

Sport
08.00 Uhr
Signal Iduna Cup 2018
Westfalahallen, Dortmund

Messe
10.00 Uhr
16. BauMesse NRW
Westfalahallen, Dortmund

Sport
12.30 Uhr
Signal Iduna Cup 2018
Westfalahallen, Dortmund

Theater
19.30 Uhr
Hejmo – Tanztheater
Theater Narrenschiff, Unna

Konzert
20.00 Uhr
Beckm./Griess: „Wassoll die Terz?“
Atelier (Lindenbrauerei), Unna

24. Samstag

Sport
08.00 Uhr
Signal Iduna Cup 2018
Westfalahallen, Dortmund

Messe
10.00 Uhr
16. BauMesse NRW
Westfalahallen, Dortmund

Sport
18.00 Uhr
Signal Iduna Cup 2018
Westfalahallen, Dortmund

Kabarett
20.00 Uhr
Wolfgang Trepper: Dinner for Du
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

Konzert
20.00 Uhr
Das Wunder – Eine musikalische Zeitreise durch 40 Rock & Pop
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

25. Sonntag

Sport
08.00 Uhr
Signal Iduna Cup 2018
Westfalahallen, Dortmund

Messe
10.00 Uhr
16. BauMesse NRW
Westfalahallen, Dortmund

Treffen

15.00 Uhr
Sonntagsöffnung: Frühlingssingen
Seniorenbegegnungsstätte, Holzwickede

Konzert
16.00 Uhr
Kaffee-Kuchen-Konzert mit Trio „Zucker“
Café Klassik, Bönen

Konzert
17.00 Uhr
Chorkonzert John Stainer „Die Kreuzigung“
Stiftskirche, Fröndenberg

Konzert
17.00 Uhr
Pink Floyd Project (NL)
Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

28. Mittwoch

Show
20.00 Uhr
Falco: Das Musical
Westfalahallen, Dortmund

Konzert
19.30 Uhr
Ohrwürmsingen
Schalander (Lindenbrauerei), Unna

31. Samstag

Fest
14.00 Uhr
Start der Frühjahrskirmes (bis 3.4.)
Marktplatz, Bergkamen

Aktion
17.00 Uhr
Osterdämmerchoppen u.-Feuer
Schützenheide, Kamen

Aktion
18.00 Uhr
Osterfeuer Methler
Festwiese Bunte Kuh, Kamen

Show
20.00 Uhr
Simply The Best: Das Musical
Westfalahallen, Dortmund

Party
20.00 Uhr
Ü30 Party mit Hits der 80er & 90er und aktuellen Charts
Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna



Kaufe/Verkaufe

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

Gardinen & Polsterarbeiten

Raumausstattung Jürgen Eckmann
Kirchstraße 8, 59174 Kamen
Tel.: 02307 10473
www.raumausstattung-eckmann.de

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

www.fkwverlag.com

Nie mehr etwas verpassen!

Für nur 25,20 € kommt unser Magazin ein Jahr lang direkt in Ihren Briefkasten!

Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail mit Ihrem vollständigen Namen sowie Anschrift an: info@fkwverlag.com und schon erhalten Sie die nächste Ausgabe bequem mit der Post.

F.K.W.
Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Delecker Weg 33
59519 Möhnesee-Wippringsen
Tel.: 02924 / 879700
Fax: 02924 / 8797029

Ladies Markt in Bergkamen

Das Shopping-Erlebnis für die Frau

Welche Frau kennt das Problem nicht? Ein Kleiderschrank voller Klamotten, aber trotzdem nichts Passendes zum Anziehen. Hilfe verspricht der Ladies Markt am 4. März, der erstmals im Festsaal des Schützenvereins Kamen, An der Schützenheide 17, in Bergkamen stattfindet. Der Eintritt beträgt drei Euro.

Der Second-Hand-Modemarkt für die Frau lässt das Herz jeder Schnäppchenjägerin höher schlagen. Von 11 bis 16 Uhr werden Kleidung, Schuhe, Taschen und Accessoires angeboten. Nicht nur private Anbieterinnen haben hier die Gelegenheit, gut erhaltene ausrangierte Dinge zu verkaufen und neue Lieblingsstücke zu erstehen. Auch gewerbliche Anbieterinnen können sich und ihre Neuwaren oder Dienstleistungen präsentieren.

Zudem wird es erstmals eine Ballkleider-Börse geben, die der Schützenverein Kamen organisiert. Hier finden Sie sicher das passende Kleid für das nächste Schützenfest oder einen anderen festlichen Anlass. Wer Lust auf Shopping hat und das Ziel der Veranstalter, gute und gebrauchte Kleidung sowie Accessoires wieder in Umlauf zu bringen, um Ressourcen und die Umwelt zu schonen, unterstützen möchte, der sollte sich den 4. März im Kalender anstreichen.

Weitere Informationen zum Ladies Markt sowie zur Anmeldung gibt es unter www.ladiesmarkt.de

Das ultimative Ostergeschenk

Benefizkonzert des Heeresmusikkorps Kassel am 17. April



Für Dienstag, 17. April 2018, steht wieder ein ganz besonderes Event auf dem Unnaer Veranstaltungskalender: Monika und Dieter Rebbert veranstalten bereits zum 15. Mal ein Benefizkonzert in der Erich-Göpfert-Stadthalle. Zum Jubiläum wird um 20 Uhr das Heeresmusikkorps Kassel zugunsten der Stiftung Deutsche Kinderkrebshilfe spielen.

Wer ein besonderes Ostergeschenk für Freunde der Marschmusik, Liebhaber sinfonischer Bläserklänge oder Anhänger von Show- und Tanzmusik sucht, der sollte sich jetzt die Karten für das Konzert sichern! Karten zum Preis von 24,70 Euro für das Konzert sind in den im i-Punkt in Unna, ProTicket und in allen Geschäftsstellen des Hellweg Anzeigers erhältlich. Angeboten werden auch Karten für 46,70 Euro für das Konzert und ein GALA-Buffer, das ab 18 Uhr vor dem Benefizkonzert stattfindet (alle Preise inkl. Gebühren).

„Der Eintritt der Veranstaltung geht wie immer als Spende an die Kinderkrebshilfe!“, betonen Monika und Dieter Rebbert. Die Veranstalter freuen sich, dass wieder ein anerkanntes Spitzenorchester der Bundeswehr seinen Weg nach Unna findet. „Wir sind sicher, dass das Programm des Heeresmusikkorps Kassel ein ganz besondere Ohrschmaus sein wird“, erwarten die Schirmherrn des Konzerts, Bürgermeister Werner Kolter und der Kommandeur des Versorgungsbataillons 7 Oberstleutnant Jens Grabowski. Das Heeresmusikkorps Kassel unter Leitung von Major Tobias Terhard besteht aus 60 Soldatinnen und Soldaten und ist ein modernes, showorientiertes Blasorchester der Bundeswehr, das mit Stolz die Tradition der klassischen Militärmusik pflegt. In den Konzerten dieses Orchesters findet sich Musik fast aller Stilrichtungen.

Zuhause in Deutschland und der Welt

Das heutige Heeresmusikkorps Kassel wurde bereits 1956 als Musikkorps IV A Kassel aufgestellt und 1959 in Heeresmusikkorps 2, Kassel umbenannt. Seit dem 1. Oktober 2013 trägt es den neuen Namen und ist dem Leiter Militärmusikdienst und Leiter Zentrum Militärmusik der Bundeswehr in Bonn unterstellt. Von Bonn aus werden nicht nur die Einsätze des Heeresmusikkorps Kassel sondern die aller Klangkörper der Bundeswehr geplant. Die Musikerinnen und Musiker treten nicht nur im Inland auf, auch in zahlreichen europäischen Ländern sowie Mexiko, den USA und Ägypten waren sie schon zu Gast.

„Mord am Hellweg“-Spezial im Frühjahr

MI 14.03.2018 // 19:30 Uhr

Jens Henrik Jensen mit „OXEN – Der dunkle Mann“



Jens Henrik Jensen © Heike Bogenberger

Nach der grandiosen Lesung mit Jens Henrik Jensen im vergangenen Herbst vor ausverkauftem Haus, kommt der Däne im Frühjahr erneut nach Unna und stellt den zweiten Band seiner erfolgreichen Trilogie

um den traumatisierten Elitesoldat Niels Oxen vor: „OXEN – Der Dunkle Mann“. Die dt. Lesestimme übernimmt der Synchronsprecher von James Bond, Dietmar Wunder. Moderation: Antje Deistler.

Ort: Kochtokrax, Südring 31, Unna
Eintritt: VVK 16,90 €, erm. 14,90 € AK 20 €, erm. 18 €

Veranstalter und Tickets: Mord am Hellweg, Tel.: (02303) 10 37 77 (i-Punkt Unna), Tel.: (02303) 96 38 50 (WLB), www.mordamhellweg.de und an allen HellwegTicket-VVK-Stellen.

SO 06.05.2018 // 18:00 Uhr

Luca D'Andrea mit „Das Böse, es bleibt“



Luca D'Andrea © Michele Melani

Nach dem internationalen Riesenerfolg seines Debüt-Thrillers „Der Tod so kalt“ präsentiert der italienische Krimistar Luca D'Andrea endlich seinen zweiten Südtirol-Thriller. „Das Böse, es bleibt“ liefert eiskalte und abgrundtiefe Spannung. Die dt. Lesestimme übernimmt der bekannte Filmschauspieler Heio von Stetten. Moderation: Jürgen Alberts.

Ort: Bestattungen Groß GmbH, Massener Straße 130, Unna
Eintritt: VVK 14,90 €, erm. 12,90 € AK 18 €, erm. 16 €

Veranstalter und Tickets: Kreisstadt Unna, Bereich Kultur in Kooperation mit der Deutsch-Italienischen Gesellschaft e.V. Unna Tel.: (02303) 10 37 77 (i-Punkt Unna) www.mordamhellweg.de und an allen HellwegTicket-VVK-Stellen.

Ladies Markt
Der 2nd-Hand Mode-Markt
04.03.2018

Verkauf & Kauf von 2nd-Hand Mode rund um die Frau.

Gleichzeitig findet eine Ballkleider-Börse des Schützenvereins Kamen statt.

Neuer Standort
Festhalle des Schützenverein Kamen
An der Schützenheide 17
59192 Bergkamen
11:00 Uhr - 16:00 Uhr
Eintritt: 3,- €

www.ladiesmarkt.de

party-men

Europas größtes internationales Krimifestival
15. September – 10. November 2018

MORD AM HELLWEG IX

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

Der VVK hat bereits begonnen

www.mordamhellweg.de

Veranstalter | Hauptförderer | Medienpartner

UNNA Westfälisches Literaturbüro in Unna e.V. Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen Sparkasse UnnaKamen Westfalen INITIATIVE WDR 5 WELT AM SONNTAG

Jeder Mensch ist ein Stern für uns



★ Orthopädietechnik ★ Meisterbetrieb ★

*Wir arbeiten auf ärztliche
Anordnung oder auch privat ...*

Unser Name steht für
mehr Lebensqualität!

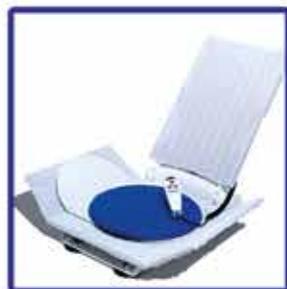


*Sizleri Reçetelerinizle bekliyoruz...
Tüm işlemlerinizi biz yapıyoruz...*

Frühlingsangebote:

in allen Filialen **10%** auf Invacare
Elektromobile und Rollatoren aller Art
Gültig bis 29. März 2018

Yüksek kalitede yaşam...



Wir wünschen Ihnen frohe Ostern!

Zentrale:

Minister-Stein-Allee • 44339 Dortmund
Tel. 0231 - 4787913

Filiale Bergkamen:

Präsidentenstr. 43 • 59192 Bergkamen
Tel. 02307-9618622

Filiale Bochum:

Brückstr. 51-55 • 44787 Bochum
Tel. 02 34 - 890 697 54

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9.00 - 17.30 Uhr • Sa. nach Termin
Wir haben Verträge mit allen Krankenkassen

www.sanitaetshaus-ma.de • www.muerselagca.de
info@sanitaetshaus-ma.de • info@muerselagca.de